MALWINA DANKIEWICZ

PSYCHOLOGIA AGRESJI

NA JAWIE I W MARZENIACH SENNYCH

PSYCHOLOGIA AGRESJI
NA JAWIE I W MARZENIACH SENNYCH

Uniwersytet Pedagogiczny
im. Komisji Edukacji Narodowej
w Krakowie

Prace Monograficzne 1078

MALWINA DANKIEWICZ

PSYCHOLOGIA AGRESJI
NA JAWIE I W MARZENIACH SENNYCH

Recenzenci
dr hab. Malwina Szpitalak, prof. UJ
dr hab. Barbara Weigl, prof. APS

© Copyright by Wydawnictwo Naukowe UP, Kraków 2021

Redakcja i korekta
Urszula Lisowska-Urbańska

Projekt typograficzny i skład
Zuzanna Konieczna

Projekt okładki
Janusz Schneider

ISSN 2450-7865
ISBN 978-83-8084-758-3
e-ISBN 978-83-8084-759-0
DOI 10.24917/9788380847583

Wydawnictwo Naukowe UP
30-084 Kraków, ul. Podchorążych 2
tel./faks 12 662-63-83, tel. 12 662-67-56
e-mail: wydawnictwo@up.krakow.pl

Zapraszamy na stronę internetową:
http://www.wydawnictwoup.pl

Spis treści

Wprowadzenie 7

1. Zachowanie agresywne i agresywność 12
   1.1 Przegląd teorii agresji 12
   1.2 Definicje agresji 29
      1.2.1 Rodzaje agresji 34
      1.2.2 Gotowość do agresji 38
   1.3 Przegląd badań dotyczących agresji i agresywności 47
      1.3.1 Sytuacyjne i środowiskowe uwarunkowania agresji 47
      1.3.2 Indywidualne uwarunkowania agresji 50
         1.3.2.1 Zależność między agresją a osobowością 51
         1.3.2.2 Zależność między agresją a wiekiem i płcią 63
   1.4 Problemy metodologiczne w badaniach agresji i agresywności 69
   1.5 Podsumowanie 87

2. Agresja w marzeniach sennych 90
   2.1 Definicje marzeń sennych 90
   2.2 Przegląd teorii agresji w marzeniach sennych 98
   2.3 Przegląd badań dotyczących agresji w marzeniach sennych 112
   2.4 Problemy metodologiczne w badaniach marzeń sennych 119
   2.5 Podsumowanie 125

3. Związek agresywności w marzeniach sennych z gotowością do agresji na jawie. Badania własne 128
   3.1 Problem, hipoteza i pytania badawcze 128
   3.2 Opracowanie i analiza właściwości psychometrycznych narzędzi autorskich 131
      3.2.1 System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych 131

3.2.1.1 Metoda **131**
3.2.1.2 Wyniki **135**
3.2.1.3 Dyskusja wyników **137**
3.2.2 Skala obserwacyjna studenta (SOS) **138**
3.2.2.1 Metoda **138**
3.2.2.2 Wyniki **141**
3.2.2.3 Dyskusja wyników **149**
3.3 Badania właściwe **152**
3.3.1 Metoda **152**
3.3.2 Wyniki **165**
3.3.3 Dyskusja wyników **183**
3.4 Ograniczenia badań własnych **202**

Podsumowanie **204**

Literatura cytowana **206**

Aneks **232**

Spis tabel i rysunków **273**

Wprowadzenie

Problematyka agresji budzi szerokie zainteresowanie ze względu na jej negatywną naturę i niepokojąco powszechną obecność w życiu społecznym. W psychologii agresja jest często badaną i bardzo dobrze opisaną kwestią. Inaczej jest w przypadku agresji w marzeniach sennych – ponieważ nie kończy się ona na jawie. O ile tematyka marzeń sennych z naukowej perspektywy jest stosunkowo często podejmowana w publikacjach autorów zagranicznych, o tyle jest to temat niszowy w publikacjach badaczy na gruncie polskim. Zagadnienie szczególnie interesujące, jakim jest agresja w marzeniach sennych, nie było do tej pory analizowane w badaniach krajowych. Brakuje ponadto monografii zbierającej i systematyzującej dotychczasową wiedzę na ten temat. Książka ta wychodzi naprzeciw powyższym potrzebom.

W rozdziale pierwszym dokonano przeglądu teorii agresji w ujęciu historycznym oraz wyodrębniono ogólne nurty, do których można przypisać poszczególne koncepcje. Następnie przedstawiono rozważania na temat zachowania agresywnego (czynności realizowanych przez ludzi) i agresywności (właściwości przypisywanych osobie) w teoriach psychologicznych i badaniach. Opisano zależność pomiędzy zachowaniem agresywnym a agresją oraz agresywnością i gotowością do agresji. Wymieniono występujące w literaturze przedmiotu definicje agresji i agresywności oraz przedstawiono definicje własne, a także zaprezentowano wyróżniane rodzaje agresji (formy zachowań agresywnych). Następnie omówiono *gotowość do agresji*, będącą kluczowym pojęciem we współczesnym modelu agresji Jamesa i McIntyre'a (2000), leżącego u podstaw aktualnie najlepszej skali do badania agresywności – *Testu rozumowania*. Model ten oraz założenia, na których się opiera,

zostały szczegółowo opisane. Ponadto w rozdziale pierwszym dokonano przeglądu badań dotyczących agresji i agresywności. Zachowanie agresywne i agresywność w badaniach psychologicznych opisano w dwóch kontekstach: sytuacyjnych i indywidualnych uwarunkowań agresji, ze szczególnym uwzględnieniem czynników osobowościowych skorelowanych z agresywnym zachowaniem, a także wieku i płci. Przedstawiono przydatną w badaniach nad agresywnym zachowaniem pięcioczynnikową teorię osobowości Costy i McCrae (1995; McCrae i Costa, 2005) oraz *Inwentarz osobowości NEO-PI-R* (Siuta, 2006) i mierzone z jego użyciem czynniki oraz ich składniki. W następnej kolejności zaprezentowano metody pomiaru agresji i agresywności oraz związane z tym trudności metodologiczne, poświęcając szczególną uwagę *Testowi rozumowania* (CRT–A) Jamesa i McIntyre'a (2000), zastosowanemu w badaniach własnych.

Przedmiotem rozważań w rozdziale drugim jest agresja w marzeniach sennych. W pierwszym podrozdziale zaprezentowano terminologię i definicje marzeń sennych, ze szczególnym uwzględnieniem definicji psychologicznych. Ich treść zależy od przyjętej perspektywy, stąd zostały zaprezentowane podejścia wyróżniane w literaturze przedmiotu. Przedstawiono również definicję marzeń sennych przyjętą na potrzeby niniejszej pracy. Następnie dokonano przeglądu teorii agresji w marzeniach sennych. Przedstawiono koncepcje nurtu psychologicznego oraz związane z nimi definicje agresji występującej w marzeniach sennych i jej funkcje. Sformułowano również własne definicje agresji oraz agresywności w marzeniach sennych. W następnym podrozdziale dokonano przeglądu badań dotyczących agresji w marzeniach sennych realizowanych w nurcie poznawczym w ramach przyjętej hipotezy ciągłości. Badania dotyczyły związku między treściami agresywnymi w marzeniach sennych a płcią i wiekiem oraz przejawianiem i doświadczaniem agresji na jawie, a także relacji między osobowością śniącego a treścią marzeń sennych. Następnie zaprezentowano metody badania marzeń sennych i związane z nimi trudności metodologiczne, ze szczególnym uwzględnieniem metody dzienników snów. Treść marzeń sennych, zgromadzonych z z wykorzystaniem dzienników, może być analizowana jakościowo lub ilościowo za pomocą różnego rodzaju systemów. Szczegółowo opisano *System ilościowej analizy marzeń sennych* Halla i Van de Castle'a (1966) wykorzystany w badaniach własnych, najobszerniejszy

i powszechnie stosowany ze względu na umożliwienie obiektywnego i rzetelnego pomiaru ilościowego treści marzeń sennych, o jasno zdefiniowanych kategoriach i dużej łatwości kodowania elementów występujących w treści snów. Następnie omówiono trudności metodologiczne w badaniach nad marzeniami sennymi, na które zwracają uwagę różni badacze.

W rozdziale trzecim przedstawiono badania własne, dotyczące związku agresywności w marzeniach sennych z gotowością do agresji na jawie. Przedstawiony został proces opracowywania oraz wyniki analizy właściwości psychometrycznych dwóch narzędzi autorskich: *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS) i *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*. Następnie zaprezentowano wyniki badań właściwych z użyciem narzędzi autorskich oraz ograniczenia badań własnych.

Podstawowym celem prezentowanych badań była próba pokazania związku pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych a agresywnością przejawianą na jawie oraz ustalenia charakteru tego związku. Badania miały przynieść odpowiedź na pytanie, czy istnieje związek pomiędzy agresją występującą w marzeniach sennych a gotowością do agresji przejawianą na jawie oraz czy analizowanie marzeń sennych pod kątem treści agresywnych jest dobrą metodą diagnozy agresywnej osobowości. Dodatkowym celem badania było uzyskanie informacji na temat korelatów osobowościowych agresywności w marzeniach sennych oraz roli przyjmowanej we śnie w kontekście treści agresywnych. Przyjęty w pracy sposób definiowania agresywności stanowił podstawę opracowania metody badania agresywności poprzez ilościową analizę treści marzeń sennych pod kątem występowania różnych form agresji – *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* oraz skonstruowania wystandaryzowanego narzędzia do pomiaru jednego z aspektów gotowości do agresji na jawie – *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS), służącej do oceny skłonności młodych dorosłych do przejawiania różnego rodzaju zachowań agresywnych. W badaniach wzięło udział 329 osób, występujących w różnych rolach: 62 studentów wyselekcjonowanych na podstawie wysokiej częstości śnienia, od których zebrano za pomocą dziennika snów 620 relacji z marzeń sennych w celu pomiaru agresywności w marzeniach sennych oraz zanalizowania przyjmowanej we śnie roli (agresora, ofiary, obserwatora oraz autoagresora), wypełniali oni także kwestionariusze dotyczące agresywności na jawie

i innych cech osobowości; 30 sędziów kompetentnych przebadanych na potrzeby analiz rzetelności i trafności *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*; 51 sędziów kompetentnych wyłonionych na potrzeby analiz trafności SOS oraz 186 osób bliskich badanym studentom, wyłonionych w celu oceny skłonności studentów do poszczególnych form agresji na jawie oraz na potrzeby analiz dotyczących rzetelności SOS. W badaniach stwierdzono niewiele istotnych zależności pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych i agresywnością na jawie, natomiast żadnych, które pozwalałyby na diagnozę agresywnej osobowości. Wykazano natomiast związek agresywnych treści marzeń sennych z doświadczeniem z jawy, co jest zgodne z hipotezą zakładającą ciągłość procesów psychicznych na jawie i we śnie. Otrzymane wyniki wskazują, że autorski *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* nie pozwala diagnozować osobowości agresywnej. Natomiast może być przydatny do badania treści agresywnych w snach, z uwagi na to, że wszystkie rodzaje agresji na jawie występują także w marzeniach sennych. Zamieszczony na końcu pracy *Aneks* zawiera szczegółowe wyniki przeprowadzonych analiz, a także narzędzia własne skonstruowane na potrzeby badań przedstawionych w niniejszej monografii.

Książka ta jest adresowana do wszystkich osób zainteresowanych tematyką marzeń sennych, wychodzącą daleko poza interpretację ich treści za pomocą popularnych senników, jak również poza publikacje naukowe dotyczące jakościowej analizy treści marzeń sennych bez uwzględniania aspektu ilościowego. W niniejszej książce teoria oraz wyniki własnych badań empirycznych są uwzględnione w podobnych proporcjach. Monografia składa się z dwóch powiązanych tematycznie i uzupełniających się części. Pierwsza część publikacji ma charakter teoretyczno-opisowy. Zawiera przegląd obszernej literatury anglo- i polskojęzycznej dotyczącej omawianego zjawiska, teorii, klasyfikacji, uwarunkowań i trudności w badaniu agresji i agresywności. Ponadto zawiera przegląd badań i teorii odnoszących się do problematyki marzeń sennych w różnych ujęciach teoretycznych, z uwzględnieniem ograniczeń metodologicznych w traktowaniu marzeń sennych jako źródła obiektywnych danych. Część teoretyczna może więc być traktowana jako pomoc dla studentów, doktorantów i młodych badaczy nauk społecznych. Część empiryczna, będąca raportem z badań własnych, może zainteresować zarówno badaczy zajmujących się podobną tematyką, jak

i dydaktyków planujących proces badawczy ze studentami psychologii i nauk pokrewnych. Publikację można również polecić praktykom zajmującym się pomocą psychologiczną, szczególnie psychoterapeutom, którzy uznają analizę marzeń sennych za ważne narzędzie w swojej pracy. Może okazać się przydatna w psychoterapii do identyfikowania obszarów i konkretnych sytuacji, w których istnieje problem agresji, oraz jako pretekst do rozmowy na ten trudny temat.

1. Zachowanie agresywne i agresywność

1.1 Przegląd teorii agresji

Kierunek rozwoju koncepcji zachowania agresywnego, który możemy obserwować, śledząc jej historię, przebiega od traktowania agresji jako instynktu i popędu, do uznania jej za zdolność i strategię działania, czyli od determinizmu do indeterminizmu (od pesymistycznej wizji ludzkiej agresywności do potencjalnie optymistycznej). Przekonanie o byciu skazanym na zachowania agresywne zastępowane jest w najnowszych teoriach podejściem integrującym (Dankiewicz, 2012). Na przykład w ogólnym modelu agresji (*the General Aggression Model*, GAM) Andersona i Bushmana (2002), wywodzącym się z nurtu bio-społeczno-poznawczego, autorzy koncentrują się na wpływie, jaki na kształtowanie zachowań społecznych mają wewnętrzne procesy samoregulacji oraz procesy rozwojowe i uczenia się. Obok takich czynników, mających wpływ na zachowanie agresywne, jak różnice indywidualne (zmienne osobowościowe), zmienne sytuacyjne, dostępne afekty, dostępne treści poznawcze, pobudzenie i proces oceny poznawczej, wymieniany jest również wybór zachowania (podjęcie indywidualnej decyzji i przyjęcie odpowiedzialności za swoje zachowanie).

Krahé (2006) wyróżnia koncepcje biologiczne, wyjaśniające agresję jako wewnętrzną energię (etologiczny model Lorenza, 1963/2003, 1972), wytwór ewolucji (socjobiologiczne podejście oparte na teorii ewolucji Darwina, zob. Buss, 2001) lub dziedziczną dyspozycję (genetyka behawioralna) oraz koncepcje psychologiczne, a wśród nich uznające agresję za: destrukcyjny instynkt (hydrauliczna teoria Freuda, 1920/1997), popęd ukierunkowany na cel (hipoteza frustracji-agresji Dollarda, Dooba, Millera, Mowrera i Searsa, 1939 oraz Millera, 1941), reakcję na afekt negatywny (neoasocjacjonizm poznawczy Berkowitza,

1989), reakcję wzmacnianą przez neutralne pobudzenie (model transferu pobudzenia Zillmanna, 1979), funkcję przetwarzania informacji (podejście społeczno-poznawcze Huesmanna, 1988), reakcję wyuczoną przez wzmocnienie i naśladownictwo (teoria uczenia się Bandury, 1963) oraz rezultat procesu podejmowania decyzji (model interakcjonizmu społecznego Tedeschiego i Felsona, 1994). Ponadto opisane zostały koncepcje Eibl-Eibesfeldta (1987), Fromma (1941/2004, 1973/1999) oraz współczesny model ewolucji zła Duntleya i Bussa (2008). Ogólne nurty, do których można przypisać poszczególne koncepcje, to nurt hydrauliczny, frustracyjny, ewolucyjny, uczeniowy i społeczny.

Jedną z pierwszych teorii agresji zaproponował Freud (1920/1997). W hydraulicznej teorii agresji zawarł pogląd, że natura ludzka jest zła, człowiek jest z zasady antyspołeczny, a agresja to wrodzony destrukcyjny instynkt. Agresja przyjmuje formę niszczycielskiej energii psychicznej, która nieujawniona ulega kumulacji i wywołuje stan napięcia ustępujący w chwili, gdy dojdzie do jej ekspresji, czyli tzw. *katharsis*. Energia agresywna uznawana jest za szkodliwą dla organizmu i powodującą chorobę, a jedynym akceptowanym sposobem jej rozładowania jest agresywne zachowanie. Freud uważał działania agresywne w stosunku do innej osoby za mechanizm chroniący równowagę wewnętrzną agresora poprzez uwalnianie destrukcyjnej energii. Dopuszczał również możliwość sublimacji tego popędu, czyli ekspresję w nieagresywnych, akceptowanych społecznie i pożytecznych formach zachowania, takich jak sport, żarty lub zachowania altruistyczne, ale wówczas rozładowanie miałoby jedynie chwilowy charakter (Aronson, Wilson i Akert, 1997; Krahé, 2006; Wolińska, 2003). Pojęcie sublimacji jest kluczowe w teorii Freuda: swobodne zaspokajanie przez jednostkę popędów (nieświadomych, niecywilizowanych, destrukcyjnych – głównie seksualnych – pragnień i instynktów) zagroziłyby integracji jednostki i społeczeństwa. Sublimacja nie ogranicza jednak agresji, a jedynie kieruje ją na inne tory. Ze względu na łatwość zastosowania metody „wyrzucania z siebie" negatywnych emocji i pozorną zdroworozsądkowość założeń, koncepcja *katharsis* jest nadal bardzo popularna (Aronson i in., 1997). Jednak wyniki badań przeprowadzanych w nurcie psychospołecznym podważają założenia hydraulicznej teorii agresji. Z jednej strony, w wyniku agresywnego zachowania, spada poziom napięcia fizjologicznego, z drugiej strony nasila się skłonność do dalszej agresji.

Podobny proces zachodzi podczas udziału w rywalizacji sportowej lub podczas oglądania scen przemocy w mediach. Agresja przynosi ze sobą negatywne konsekwencje psychologiczne i społeczne, takie jak podtrzymywanie negatywnych emocji, niepokój, stres, zaburzenia osobowości, izolacja lub wykluczenie społeczne, rozluźnienie więzi społecznych i uczuciowych. Negatywne konsekwencje dotykają zarówno ofiarę agresji, jak i agresora, prowadząc do spirali przemocy. Z powyższych względów zachowanie agresywne jest traktowane jako nieskuteczny sposób działania, który powinien być zastępowany przez alternatywne, nieszkodliwe formy ujawniania negatywnych emocji i osiągania celów (Aronson i in., 1997; Doob i Wood, 1972; Krahé, 2006; Wolińska, 2003).

Do pojęcia *katharsis* nawiązywali badacze wpływu frustracji na agresję. Dollard i współpracownicy (1939) uważali, że rozładowanie napięcia poprzez zachowanie agresywne pełni funkcję katartyczną i jest większe w przypadku agresji bezpośredniej niż przemieszczonej lub występującej w zmienionej formie. Według klasycznej teorii frustracji-agresji (Dollard i in., 1939) każde zachowanie agresywne jest poprzedzone przez frustrację, a każda frustracja prowadzi do agresji lub podnosi gotowość do zachowania agresywnego. Agresję interpretuje się jako rezultat popędu do rozładowania frustracji, przy czym frustracja definiowana jest jako pochodzące z zewnątrz zakłócenie zachowania ukierunkowanego na cel. Gotowość do agresji jest tym większa, im silniejsza jest frustracja, czyli im bardziej wartościowy jest zablokowany cel, im bardziej osiągnięcie tego celu jest uniemożliwione oraz im więcej działań zostaje zablokowanych. Pobudzenie wywołane różnymi frustracjami może ulegać kumulowaniu, stąd reakcje na pozornie błahe zdarzenie lub bodziec frustrujący o obiektywnie niskiej wartości mogą przybierać formę silnego wzburzenia i agresji (Dollard i in., 1939). Ekspresję agresji może zahamować strach przed karą, wówczas nie jest ona ujawniana lub jest ujawniana nie wprost wobec sprawcy frustracji. Agresja może zmienić swoją postać w inną reakcję agresywną o mniejszym stopniu zagrożenia karą (np. przyjąć formę symboliczną) lub zostać przemieszczona na inny obiekt, który nie niesie ze sobą konsekwencji w postaci silnej kary (np. pracownik, sfrustrowany odmową udzielenia urlopu przez szefa, rozładowuje agresję na swoim podwładnym). Sama kara, jeśli nastąpi, nasila gotowość do agresji, ponieważ pełni funkcję kolejnej frustracji.

Hipoteza frustracji-agresji została zmodyfikowana przez Millera (1941, s. 338), który stwierdził, że agresywne zachowanie nie jest jedyną, a jedną z możliwych reakcji na frustrację: „frustracja stwarza podniety do wielu różnych typów reakcji, między innymi do jakiejś formy agresji”*. Następstwem frustracji może być nie tylko agresja, ale również nasilenie zachowań ukierunkowanych na usunięcie przeszkody, regresja (powrót do zachowania charakterystycznego dla wcześniejszego okresu rozwojowego), fiksacja (uporczywe powtarzanie reakcji niecelowej, czyli niemającej instrumentalnego znaczenia), apatia i wycofanie, redukcja napięcia bez zmiany jego źródła (np. poprzez używki) lub zaburzenia psychosomatyczne. Podsumowanie przeglądu badań (Wojciszke, 2015) sugeruje, że frustracja arbitralna, zamierzona przez sprawcę, a przy tym nieuzasadniona, ma szczególne znaczenie dla uruchomienia agresji.

W późniejszych latach istotnego przeformułowania teorii frustracji-agresji dokonał Berkowitz (1989, 1993) w swoim poznawczym modelu neoasocjacjonistycznym, uzupełniając teorię o element pośredniczący. Zdaniem badacza frustracja lub inne wydarzenie awersyjne (np. ból fizyczny, stres społeczny lub dyskomfort psychiczny) wywołuje strach lub gniew, który podwyższa gotowość do zachowań agresywnych, ale nie prowadzi automatycznie do agresji. Aby nastąpiło przekształcenie gotowości do agresji w zewnętrzne czynności agresywne, musi pojawić się sygnał wywoławczy agresji (np. broń palna lub wcześniejsze doświadczenie agresji).

Konkurencyjną teorię przedstawił Zillmann (1979). Frustracyjno-pobudzeniowy model transferu (przesunięcia) pobudzenia emocjonalnego zakłada, że agresja wzmacniana jest przez neutralne pobudzenie. Natężenie doznania gniewu jest funkcją siły pobudzenia fizjologicznego i sposobu atrybucji pobudzenia (przypisania źródła). Interpretacja pobudzenia jako gniewu, irytacji lub ulgi zależy od poznawczej oceny sytuacji (por. badanie Duttona i Arona z 1974 roku, dotyczące przejścia po wiszącym moście i pobudzenia seksualnego), stąd model ten można określić również jako pobudzeniowo-poznawczy. W badaniach Zillmanna (1979) osoby pobudzone wcześniejszą aktywnością fizyczną, gdy znajdowały się później w sytuacji społecznej, w której były prowokowane, reagowały agresywnie z większym prawdopodobieństwem niż

* Wszystkie cytaty z języka angielskiego w tłumaczeniu Autorki.

osoby niepobudzone (następowało sumowanie pobudzenia). Agresję nasila pobudzenie wywołane m.in. ćwiczeniami fizycznymi, stresorami (ból, niewygoda, zatłoczenie, hałas, lęk, alkohol, wysoka temperatura lub zanieczyszczenie powietrza), oglądaniem dreszczowców, filmów śmiesznych lub erotycznych oraz słuchaniem muzyki. Jeśli zalegające pobudzenie nie pochodzi z neutralnego źródła, tylko z uprzednio odczuwanych emocji negatywnych (np. frustracji lub emocji wywołanych przez frustrację rozumianą jako wydarzenie awersyjne), jego wpływ na podwyższenie poziomu gniewu będzie jeszcze silniejszy i doprowadzi do eskalacji agresji. W koncepcji Zillmanna agresja jest więc potencjalną, ale możliwą do uniknięcia formą zachowania.

Inne spojrzenie na problem agresji zaproponowali prekursorzy podejścia ewolucyjnego (biologicznego i psychologicznego), koncentrującego się na przystosowawczym znaczeniu agresji. Prekursor socjobiologii, jednej z głównych perspektyw ewolucyjnych, etolog Konrad Lorenz, uznaje agresję za popęd naturalny, wszechobecny w świecie zwierząt i ludzi, który spełnia rolę niezbędną dla utrzymania gatunku poprzez zwiększanie osobniczego sukcesu reprodukcyjnego (Krahé, 2006). Agresja wewnątrzgatunkowa jest według niego „tak zwanym złem" ze względu na swoją biologiczną funkcjonalność: zdolność do agresji zapewnia obronę terytorium, ochronę potomstwa, zdobycie pożywienia, tworzenie się hierarchii społecznej oraz dobór naturalny (Lorenz, 1963/2003). Agresja, chociaż szkodliwa dla poszczególnych osobników, stanowi podstawę postępu ewolucyjnego i kulturowego, ponieważ przyczynia się do wyselekcjonowania osobników najbardziej wartościowych. Rzeczywiste zagrożenie stanowi agresja przekraczająca granice, która mogłaby zagrozić istnieniu gatunku i doprowadzić do jego samounicestwienia. Wrodzone mechanizmy hamujące agresję, które posiadają zwierzęta, u człowieka nie zostały wykształcone w toku rozwoju ewolucyjnego. Dzięki rozwojowi technicznemu człowiek ma możliwość zwielokrotnienia skutków agresji, co staje się realnym zagrożeniem dla przetrwania gatunku. Agresję mogą powściągnąć do pewnego stopnia zinternalizowane normy moralne, lecz według Lorenza, skuteczniejszym sposobem jest bezpieczne wyładowywanie agresji, np. poprzez sport i inne formy łagodnej rywalizacji, czyli tzw. *sublimacja popędu agresji*. Lorenz przyjmuje więc za Freudem hydrauliczny model agresji (Lorenz, 1963/2003). W świetle psychologii

ewolucyjnej nasze zachowania agresywne mają charakter reaktywny, czyli instrumentalny, a nie spontaniczny, czyli wrogi. Teoria ewolucji wspiera umiarkowanie optymistyczną wizję ludzkiej natury, w której skłonność do współpracy jest silniejsza niż skłonności antyspołeczne, a w najgorszym razie je równoważy (Załuski, 2009).

W ten nurt wpisuje się również Eibl-Eibesfeldt (1987), uczeń Lorenza, omawiając biologiczne uwarunkowania norm etycznych. Twierdzi, że nie tylko zachowanie agresywne, ale i altruistyczne jest wrodzone, a agresywne impulsy są zrównoważone równie głęboko zakorzenionymi mechanizmami łączącymi, będącymi naturalnymi antagonistami agresji. Należą do nich: skłonność do stowarzyszania się, współpracy i wzajemnej pomocy, współczucie, posłuszeństwo, lojalność, zaufanie, opieka nad potomstwem, ryty zjednujące i wiążące (np. powitania, pocałunki, podarunki i pocieszanie), więzi seksualne i osobiste, wspólnota bojowa, więź lękowa i świętowanie. Społeczne odpychanie, czyli agresja, i przyciąganie, czyli wzajemna przychylność, tworzą funkcjonalną jedność, dlatego sposobem na opanowanie problemu agresji jest skłonność człowieka do życia w grupie. Dążenie do kontaktowania się i więzi albo do agresji, różni się u zwierząt i u ludzi, ze względu na uczuciowe więzi osobiste jednego człowieka wobec drugiego lub powiązania polegające na identyfikowaniu się z określoną grupą. Stąd u ludzi możemy mówić o miłości i nienawiści.

Według Eibla-Eibesfeldta (1987), popęd agresji spełnia ważne zadania u człowieka: pomaga bronić terytorium, bronić i szerzyć idee i wartości, dostarcza przyjemności z jej rozładowania np. podczas zawodów. Jeśli brakuje możliwości rozładownia agresji, dochodzi do jej kumulacji, która może doprowadzić do niebezpiecznych, gwałtownych wyładowań. Całkowite wyżycie się i pozbycie agresji jest jednak niemożliwe, ponieważ człowiek nie przychodzi na świat z określoną dozą agresji. Gotowość do działań agresywnych ulega okresowym wahaniom pod wpływem hormonów, jest więc biologicznie uzależniona, jednocześnie agresywne skłonności rozwijają się pod wpływem wychowania. Stymulująco na rozwój agresji działa wychowanie frustrujące, niezaspokajające potrzeb dziecka, ale wychowanie zezwalające na wszystko produkuje ludzi krańcowo agresywnych. Środki represyjne pomagają w redukowaniu agresji tylko częściowo, podlega ona kontroli tylko wtedy, gdy nastąpiło pełne rozwinięcie jej naturalnych antagonistów.

Odmienne od koncepcji psychoanalitycznych i ewolucyjnych stanowisko przyjęli behawioryści Watson (1925/1990) i Skinner (1938/1995). Agresja to według badaczy zachowanie nabyte, uruchamiane przez popęd (podobnie jak w koncepcji psychoanalitycznej), ale utrwalane i podtrzymywane przez wzmocnienie, które ten popęd redukuje. Znaczenie mają więc nie cechy danej osoby, ale obiektywne cechy sytuacji, popędy oraz czynniki zewnętrzne redukujące popęd i kształtujące zachowania (czyli wzmocnienia, szczególnie pozytywne). Ludzie uczą się pewnych zachowań, obserwując konsekwencje, do których te reakcje prowadzą. Jeśli więc zachowanie agresywne przyniesie korzyści, to zostanie ono wzmocnione i będzie powtarzane, natomiast gdy przyniesie szkody, zostanie wyeliminowane. Agresja, prowadząc do różnych korzyści, może stać się skutecznym sposobem osiągania celów. Wielokrotne powtarzanie skutecznych zachowań agresywnych (przynoszących wzmocnienia pozytywne) prowadzi do ukształtowania nawyku agresji (Łukaszewski, 2000).

Fromm (1941/2004, 1973/1999) swoją teorię ludzkiej destruktywności sformułował w polemice z nurtami biologizującymi (przede wszystkim z biologizmem w psychoanalizie Freuda) i psychologicznym behawioryzmem. Szczególnie ostro krytykował etologiczny instynktywizm Lorenza i jego ucznia Eibl-Eibesfeldta. Według Fromma, przyjęcie poglądów etologów może prowadzić do utraty nadziei na lepszy świat i demotywować do starań o jego naprawę. Może usprawiedliwiać wojny, które są zakorzenione w prawach biologii, redukując człowieka do czysto biologicznego wymiaru. Sprzeciwiał się poglądowi, że istnieje tylko jedna niezmienna, instynktowna forma agresji, ponieważ nie wyjaśnia ona zmiennego w dziejach poziomu destrukcyjności. Według Fromma, najlepsze i najgorsze inklinacje człowieka nie są elementami niezmiennej i raz na zawsze danej biologicznie natury ludzkiej, ale wynikiem procesu społecznego. Inaczej mówiąc, skłonność do agresji nie przypomina potrzeb biologicznych, takich jak potrzeba jedzenia.

Fromm (1973/1999) krytykuje również behawiorystów, Watsona i Skinnera oraz twórców teorii frustracji-agresji Millera i Dollarda. Według niego, behawioryści, stosując się do reguł rygorystycznego empiryzmu, nie interesują się ani osobowością ludzi, ani nieświadomością, która według psychoanalityków determinuje ludzkie zachowania. Behawioryści pomijają według Fromma motywacyjno-charakterologiczne

uwarunkowania człowieka, dostrzegając jedynie bezpośrednio obserwowalne zachowania. Według niego behawiorystyczne analizy agresji opisują adekwatnie samą broń, a nie strzelającego, jeśli abstrahuje się od jego motywacji. Krytyka etologii i behawioryzmu w sferze analiz ludzkiej agresywności była dla Fromma punktem wyjścia do sformułowania własnej teorii. Pozytywnym punktem odniesienia była dla niego przede wszystkim klasyczna psychoanaliza, a także ustalenia psychologii społecznej i nauk przyrodniczych.

Zgodnie z koncepcją Fromma (1941/2004, 1973/1999), ludzka agresja, w przeciwieństwie do zwierzęcej, jest uwarunkowana głównie charakterologicznie, a osobowość jest rozumiana zgodnie z dynamiczną koncepcją charakteru Freuda jako względnie stały system nieinstynktownych dążeń. W ludzkiej agresywności istotna jest również nieświadoma motywacja, ponieważ nie zawsze charakterologicznie zdeterminowana agresja jest uświadamiana sobie przez ludzi. Charakter jest dla człowieka substytutem braku instynktownej adaptacji do środowiska przyrodniczego i społecznego. Z przyrodą wiążą człowieka potrzeby biologiczne, a także agresja obronna, niezłośliwa i przystosowawcza biologicznie, powszechna w przyrodzie jako reakcja organizmu na zagrożenie interesów życiowych. Skala agresji obronnej u człowieka w porównaniu ze zwierzętami jest dużo większa, ze względu na zdolność człowieka do antycypacji zagrożeń, umiejętności stosowania różnych form perswazji oraz gotowości do walki o swoje ideały i wartości. Stąd w społeczeństwach ludzkich istnieje ryzyko wystąpienia hipertrofii agresji. Wśród wielu form destrukcyjności u ludzi Fromm wymienia: agresję konformistyczną (związaną z posłuszeństwem i wykonywaniem poleceń), pseudoagresję (np. zachowania asertywne, przypadkowe uszkodzenia ciała bez złych intencji), agresję instrumentalną (niezłośliwą) oraz typowo ludzką agresję złośliwą, uwarunkowaną charakterologicznie. Nie jest ona przystosowawczym, wrodzonym sposobem zachowania, tylko ukształtowanym w procesie socjalizacji charakterem danej osoby. Polega na czerpaniu przyjemności ze szkodzenia drugiej osobie, dzieli się na dwa typy: sadystyczną i nekrofilityczną. Charakter sadystyczny objawia się intensywnym pragnieniem kontrolowania, krzywdzenia i poniżania innych ludzi. Charakter nekrofilityczny to namiętne upodobanie do tego, co martwe, rozkładające się, zgniłe i chore, skłonność do przekształcania żywego w martwe, niszczenia

dla samego niszczenia, upodobanie do tego, co sztuczne i mechaniczne. Charakterologicznie uwarunkowana złośliwa agresja cechuje wyłącznie gatunek ludzki. Ponieważ charakter jest zawsze produktem procesów socjalizacji, czyli szeroko rozumianych oddziaływań środowiskowych, ludzką agresywność radykalnie ograniczyłaby, według Fromma, organizacja systemu społecznego ukierunkowana na właściwe zaspokajanie ludzkich potrzeb miłości, twórczości i sensownej pracy.

W opozycji do koncepcji Fromma stoją założenia socjobiologii i psychologii ewolucyjnej, gdzie agresja definiowana jest jako wytwór ewolucji (Buss, 2001). Do wyjaśniania zachowania społecznego wykorzystana została teoria ewolucyjna (Darwin, 1859/1959). W podejściu ewolucyjnym zachowanie agresywne jest przystosowawcze (sprzyja sukcesowi reprodukcyjnemu poprzez zwalczanie napastników i rywali seksualnych). Agresja seksualna wobec kobiet znajduje swoje uzasadnienie w tym ujęciu jako ryzykowna, ale dogodna strategia rozmnażania się mężczyzn mających ograniczone możliwości reprodukcji w partnerskich związkach seksualnych, ze względu na niski status, brak zasobów finansowych lub brak atrakcyjności fizycznej. W innym wariancie podejścia socjobiologicznego agresja seksualna traktowana jest jako produkt uboczny silnego męskiego popędu seksualnego. Krytycy koncepcji socjobiologicznej argumentują, że gwałt jest bardzo kosztowną strategią reprodukcyjną ze względu na ryzyko poniesienia kary i niskie szanse zapłodnienia. Jako argument podważający hipotezę gwałtu jako strategii adaptacyjnej krytycy podają nieuzasadnione napaści seksualne na starsze kobiety, dzieci, mężczyzn i osoby genetycznie spokrewnione z napastnikiem (Tornhill i Tornhill, 1991).

W podejściu ewolucyjnym proces naturalnej selekcji jest niezależny od wartości. Ewoluują te adaptacje, które przyczyniają się pośrednio lub bezpośrednio do sukcesu rozrodczego, a zachowanie agresywne jest tym bardziej godne potępienia, im bardziej utrudnia ofierze rozmnażanie się. We współczesnym modelu ewolucji zła Duntleya i Bussa (2008) zło określane jest jako zjawisko związane z intencjonalnym wyrządzaniem szkody, szczególnie kosztowne w aspekcie dostosowania. Natomiast agresja traktowana jest jako adaptacja wykształcona na drodze ewolucji, mająca na celu szkodzenie innym ludziom. Adaptacje te są podstawowymi i powszechnie występującymi elementami ludzkiej natury i nie można ich przypisywać wpływowi mediów, rodziców,

nauczycieli ani kultury. Uwidocznienie się tych adaptacji w zachowaniu zależy w dużym stopniu od konkretnego otoczenia społecznego i fizycznego. Jednocześnie ludzie wykształcili w procesie ewolucji specyficzne mechanizmy poznawcze, mające na celu kategoryzację pewnych zjawisk jako „dobrych", a innych jako „złych". Duntley i Buss (2008) proponują uznać za prototyp zła, z perspektywy ofiary oraz jej krewnych i przyjaciół, taki akt agresji, który ma dla ofiary nieodwracalne skutki, czyli zabójstwo, ponieważ narzuca ofierze największe koszty dostosowania. Wśród nich autorzy wymieniają: utratę wszelkich okazji do rozmnażania się w przyszłości, utratę seksualnego dostępu do obecnego partnera, utratę możliwości znalezienia partnera w przyszłości, niemożność inwestowania w swoje dzieci i zmniejszenie ich szansy na przetrwanie nawet o 10%, niemożność opiekowania się pozostałymi członkami rodziny oraz wymierne korzyści dla potencjalnych rywali seksualnych. Z perspektywy zabójcy „dobrem" będzie wyeliminowanie ofiary, natomiast strategie obrony stosowane przez ofiarę byłyby spostrzegane jako „zło".

Krytycy zarzucają psychologom zorientowanym ewolucyjnie, że próbują oni usprawiedliwiać tych, którzy stosują agresję wobec innych ludzi. Rose i Rose (2000, za: Duntley i Buss, 2008, s. 157) twierdzą na przykład, że „jeżeli zło ma swoje podstawy w ukształtowanych na drodze ewolucji mechanizmach psychologicznych, to nie możemy uważać ludzi za odpowiedzialnych za swoje czyny; skazani jesteśmy na pesymistyczny pogląd na ludzką naturę; nie możemy oceniać działań ludzkich jako złych moralnie". Duntley i Buss (2008) nie zgadzają się z taką interpretacją i przedstawiają swoje kontrargumenty. Po pierwsze, pociąganie agresorów do odpowiedzialności jest jednym z kluczowych sygnałów środowiskowych, używanych w celu powstrzymania ludzi od popełniania złych czynów. Po drugie, standardy moralne mają podstawy w mechanizmach psychologicznych ukształtowanych na drodze ewolucji (przykładem jest istnienie emocji moralnych, takich jak obrzydzenie, moralistyczny gniew i pogarda). Po trzecie, mylenie tego, co jest, z tym, co powinno być, jest przejawem błędu naturalistycznego. W naturze istnieje wiele zjawisk, takich jak aktywacja ewolucyjnych mechanizmów psychologicznych prowadzących do agresji i przemocy, których nie należy usprawiedliwiać, ale starać się je wykorzenić. Po czwarte, mylenie tego, czego się pragnie, aby było prawdą, z tym, co

jest prawdziwe, jest błędem antynaturalistycznym (romantycznym). Potocznie uważa się, że człowiek jest z natury dobry, a złe czyny są efektem oddziaływań zewnętrznych, jest to jednak pogląd utopijny, który nie ma potwierdzenia w wynikach badań naukowych.

Genetycy behawioralni, opierając się na hipotezie agresji jako narzędzia sukcesu reprodukcyjnego stawianej w koncepcji socjobiologicznej, zajęli się badaniem dziedzicznej dyspozycji do agresji. Wyniki metaanalizy 22 badań przeprowadzonych na bliźniętach jedno- i dwujajowych oraz dzieciach adoptowanych wykazały, że zachowania agresywne w wieku dorosłym silniej wyjaśniają wspólne geny, a w dzieciństwie i okresie dojrzewania – wspólne wpływy środowiskowe. W badaniach metodą obserwacji wpływ wspólnego środowiska okazał się jednak znacznie wyższy niż wpływ podobieństwa genetycznego (Miles i Carey, 1997). W badaniach odziedziczalności zachowania antyspołecznego ustalono, że przy użyciu narzędzi kwestionariuszowych odnotowuje się większy wpływ podobieństwa genetycznego niż przy użyciu wskaźników behawioralnych (np. wyroki w sprawach karnych). Natomiast przegląd badań adopcyjnych wykazał, że ryzyko popełnienia przestępstwa przez dzieci biologicznych i adopcyjnych rodziców-przestępców jest istotnie wyższe, ze względu na łączny wpływ genów i wspólnego środowiska. Na drugim miejscu są dzieci biologicznych rodziców-przestępców i adopcyjnych nieprzestępców, u których ryzyko zostania przestępcą jest znacznie wyższe niż wśród osób z trzeciej grupy, których rodzice adopcyjni byli przestępcami, a biologiczni nie, co sugeruje silniejszy wpływ genów niż wspólnego środowiska (DiLalla i Gottesman, 1991). Czynniki genetyczne odgrywają więc pewną rolę w przestępczości, przede wszystkim w interakcji z czynnikami środowiskowymi, choć siła wpływów genetycznych nie jest ostatecznie ustalona. Genetycy zachowania uznają, że wyposażenie genetyczne danej osoby (genotyp) może predysponować ją do zostania agresorem (fenotyp), lecz to czynniki środowiskowe decydują o wzmocnieniu lub stłumieniu tej dyspozycji (Krahé, 2006).

Na zachowaniu jako rezultacie interakcji między osobą a środowiskiem skoncentrowali się badacze nurtu uczeniowego. W teorii uczenia agresja traktowana jest jako sposób zachowania nabywany na drodze warunkowania i modelowania. Buss (1961) przyjął stanowisko, że agresja to nawyk agresywnego zachowania w sytuacjach społecznych, który nawet gdy został utrwalony, może zostać zlikwidowany drogą uczenia się.

Tym samym w swojej koncepcji agresji nie odwołuje się do kryterium umyślności (intencji i celowości) takiego zachowania, co będzie miało miejsce u późniejszych badaczy. Według Bussa, agresywne zachowanie może zostać nabyte i utrwalone na drodze warunkowania instrumentalnego, poprzez wzmacniające działanie konsekwencji zachowania. Reakcje prowadzące do pożądanego celu są powtarzane, a te, które prowadzą do skutków niepożądanych, są eliminowane. Innymi słowy, jeżeli zachowanie wywołuje zadowolenie, to rośnie prawdopodobieństwo jego powtórzenia się w podobnych warunkach, a jeśli niezadowolenie, prawdopodobieństwo jego powtórzenia spada. Wzmocnienie zwiększa prawdopodobieństwo powtórzenia zachowania (albo jego częstość), a więc jeśli dana osoba dzięki agresji zyskuje, osiągając swoje cele, to taka strategia zachowania będzie przez nią powtarzana jako skuteczna. Natomiast kara zmniejsza prawdopodobieństwo powtórzenia (lub częstość) zachowania, częsta i nieadekwatna kara może jednak wywołać odmienny skutek. Szczególnie ten rodzaj kary, który wiąże się z bólem, upokorzeniem lub uwięzieniem – może wręcz powodować nasilenie agresji. Karanie często prowadzi do agresji, ponieważ osoba karana uczy się, że kara i agresja są akceptowalnymi sposobami wpływania na innych. W ten sposób osoba karząca staje się modelem do naśladowania (Zimbardo, Johnson i McCann, 2010). Według Bussa (1961), jeżeli zachowanie agresywne będzie ignorowane, a jednocześnie zostanie nagrodzone zachowanie alternatywne, to zachowanie agresywne będzie ustępować. Kara może zahamować zachowanie agresywne, natomiast nagroda utrwalić nawyk nieagresywnego zachowania.

Buss (1961) wyróżnił agresję wrogą i instrumentalną. W przypadku agresji wrogiej szkodliwe bodźce są związane z frustracją, czyli doznawaniem niepowodzenia w podjętych działaniach. Zachowanie agresywne może być również narzędziem służącym do usunięcia przeszkód stojących na drodze do upragnionego celu, wówczas mówimy o agresji instrumentalnej. Gdy odczuwamy gniew, jesteśmy nagradzani przez ból lub dyskomfort ofiar naszej agresji, natomiast gdy go nie odczuwamy, nasza agresja jest nagradzana przez jedno z wielu wzmocnień, które występują w codziennym życiu (pieniądze, status społeczny itp.). Dzięki agresji można osiągnąć te same korzyści, co dzięki zachowaniu nieagresywnemu, stąd pojęcie agresji instrumentalnej w teorii Bussa. Autor odnosi się do hipotezy frustracji-agresji: frustracja, która jest

jedną z głównych przyczyn agresji, zwykle prowadzi do agresji wrogiej. Ze względu na nawiązanie do hipotezy frustracji-agresji, teoria Bussa wpisuje się w nurt frustracyjno-uczeniowy. Wśród czynników determinujących skłonności agresywne badacz wymienia biologiczne, środowiskowe oraz sytuacyjne: predyspozycje biologiczne (np. impulsywny temperament), wcześniejsze doświadczenia (np. frustracji lub ataku), wzmocnienia wynikające z zachowań agresywnych (np. akceptacja ze strony grupy), kontakt z agresją innych osób oraz naśladowanie agresji (np. ze względu na przyjęte normy grupowe) (Buss, 1961; Buss i Perry, 1992). Istotnym wkładem Bussa w rozwój psychologii było opracowanie nowego paradygmatu badania agresji w laboratorium, będącego pierwowzorem procedury stosowanej przez Milgrama (1974) w badaniach nad posłuszeństwem. Osoba badana odgrywała rolę eksperymentatora, który używał porażenia prądem w celu skorygowania błędów „ucznia" (pozornie innej osoby badanej, a w rzeczywistości pomocnika eksperymentatora, który nie otrzymywał wstrząsów elektrycznych). Osoba badana mogła użyć tak niskiej intensywności wstrząsu, że nie byłby on bolesny (postawa nieagresywna) lub napięcia, które może wyrządzić szkodę (agresja). Paradygmat ten, nazwany przez autora *maszyną agresji*, pozwala na uzyskanie uzasadnienia dla agresywnego zachowania i umożliwia uniknięcie poczucia winy. W badaniach Bussa (1961) z użyciem paradygmatu wystąpiły oczekiwane różnice płciowe: mężczyźni okazali się bardziej agresywni od kobiet, byli również celem silniejszej agresji niż kobiety. Te dwie różnice między płciami były szczególnie widoczne w agresji, która mogła pojawić się już po wyrządzeniu krzywdy. Gdy mężczyzna wchodził w agresywną interakcję z mężczyzną, nie następowało zmniejszenie nasilenia agresji po tym, gdy wcześniej zaszkodził przeciwnikowi, co miało miejsce w każdym innym badanym przypadku. Poziom agresji utrzymywał się, pomimo że badany nie miał powodu, aby zachowywać się agresywnie.

Rozwinięciem teorii uczenia jest teoria społecznego uczenia się Bandury (1963, 1969, 1973), która koncentruje się na procesie uczenia zachowań na podstawie obserwacji i naśladownictwa innych osób, zwanych modelami. Autor stwierdził znaczącą rolę środowiska w ukształtowaniu agresywnego zachowania. Reakcje agresywne nabywane są przez procesy uczenia się, warunkowanie sprawcze i modelowanie, podobnie jak większość innych form zachowania społecznego.

Modelowanie jest procesem uczenia się przez obserwację zachowania innych ludzi. Podczas obserwacji jednostka nabywa symboliczne reprezentacje modelowanej czynności, które służą jako wskazówki sposobu jej wykonania (Bandura, 2016). Prawdopodobieństwo wystąpienia agresywnego zachowania w przyszłości wzrasta, jeśli dana osoba jest za nie nagradzana. Agresywne zachowanie raz wyuczone jest utrzymywane jako sposób działania również wtedy, gdy nie zostało ono wzmocnione, ale nabyte przez obserwację agresywnego zachowania osób znaczących dla obserwatora. W nabywaniu zachowania agresywnego istotne są jego konsekwencje: im bardziej pozytywne dla modela, tym większe jest prawdopodobieństwo naśladowania przez obserwatora. Siła modelowania zależna jest więc od obserwowanych konsekwencji zachowań modela. Agresywne zachowanie może zostać wyuczone, jeśli zachowanie modela spotyka się z nagrodą lub nie zostanie ukarane, natomiast jeśli model ponosi karę, agresja u obserwatora ulega hamowaniu. Udział w regulacji zachowania bierze kontrola poznawcza oraz indukowanie emocjonalne. Zachodzi zjawisko zastępczego warunkowania instrumentalnego, podczas którego strach przed karą odczuwany przez modela jest odbierany również przez obserwatora i powstrzymuje jego agresję. Obserwowanie modela stanowiącego obiekt, z którym obserwator może się identyfikować (np. rówieśnik, osoba bliska), lub wywierającego silny wpływ (o wysokim statusie społecznym i ekonomicznym, kompetentnego, lubianego, popularnego lub widywanego w TV), prowadzi do nabycia prezentowanego przez niego zachowania, nawet jeśli nie zostało ono wzmocnione (Bandura, 1973). Obserwacja modela i jego strachu przed karą nie powstrzymują przed agresją, jeśli obserwator jest nastawiony wrogo do modela (Zillmann i Cantor, 1977).

Modelowanie agresji może mieć trzy rodzaje następstw. Po pierwsze, obserwując innych, człowiek uczy się nowych wzorców agresywnego zachowania (np. dowiaduje się, jak skutecznie upokorzyć innego człowieka). Po drugie, obserwowanie skutków cudzej agresji nasila zachowania agresywne lub osłabia zahamowania obserwatora w zakresie wcześniej wyuczonych zachowań agresywnych. Po trzecie, cudze zachowanie może ułatwiać podobne reakcje przez obserwatora, dzięki wzbudzaniu emocji i motywów podobnych jak u modela (Aronson i in., 1997; Bandura, 1973).

Obserwowanie agresywnych modeli może więc prowadzić do ujawniania wcześniej nabytych reakcji agresywnych, za pomocą mechanizmu polegającego na redukowaniu zahamowań i dostarczaniu informacji o tym, że agresja jest akceptowanym sposobem postępowania. Może również prowadzić do aktywizacji w pamięci długotrwałej sieci skojarzeniowych związanych z agresywnymi treściami. Pojedyncze informacje, tzw. węzły, zapisane w mózgu, są ze sobą powiązane, tworząc sieć. Aktywacja jednego węzła podnosi gotowość do aktywacji powiązanych z nim węzłów pokrewnych, dzięki czemu obserwacja aktów agresji ułatwia przypominanie sobie wcześniejszych podobnych zachowań, mających zdolność do aktywizacji emocji i skłonności behawioralnych skojarzonych z nimi. Oznacza to, że konkretne agresywne zachowanie może wzbudzać inne zachowania agresywne zmagazynowane w skrypcie (Anderson, 1997). Obserwacja, lub nawet samo przypominanie sobie aktów agresji, toruje dostęp pamięciowy do tych sieci skojarzeniowych, które leżą u podstaw reagowania agresją na prowokację. W konsekwencji obserwacja cudzej agresji ułatwia występowanie agresywnych myśli i emocji oraz własną agresję w reakcji na prowokację (Berkowitz, 1984). Pobudzenie emocjonalne, pochodzące z obserwacji cudzej agresji, może zostać błędnie przypisane prowokacji (tzw. *błędna atrybucja pobudzenia*) i w konsekwencji nasilać gniew i motywację do agresywnego rewanżu (Zillmann, 1983).

Podejście społeczno-poznawcze Huesmanna (1988) koncentruje się na jednym z aspektów uczenia się zachowań agresywnych – funkcji przetwarzania informacji. Agresywne skrypty (schematy poznawcze odnoszące się do sytuacji i wydarzeń) kierują wykonaniem zachowania agresywnego. Rozwijają się one z doświadczenia nabywanego we wczesnym dzieciństwie w procesie socjalizacji, gdy dzieci tworzą uogólnione reprezentacje pod wpływem regularnie zachodzącego warunkowania sprawczego (współwystępowania konfliktowej sytuacji z zachowaniem agresywnym i pozytywnymi konsekwencjami dla agresora). Częścią skryptów są normatywne przekonania, czy dana reakcja jest właściwa w danej sytuacji (np. w walce można komuś „oddać", ale nie karzącemu dorosłemu). Ponadto osoby agresywne różnią się od nieagresywnych sposobem przetwarzania informacji społecznych: u osób agresywnych występuje interpretacja przypisująca wrogie intencje, szczególnie gdy zachowanie jest dwuznaczne (tzw. *wrogie zniekształcenie atrybucji*). To,

czy zachowanie agresywne się pojawi, zależy więc od wielu czynników środowiskowych, sytuacyjnych i osobowościowych: wczesnej socjalizacji (obserwacji i modelowania zachowań), interpretacji konkretnej sytuacji konfliktowej, aktywizacji skryptu sytuacji konfliktowej (agresywnego lub nie) oraz wyboru reakcji (zachowania agresywnego lub nie).

Podobne podejście prezentują Tedeschi i Felson (1994), uznając znaczenie posiadanych skryptów poznawczych oraz wyboru reakcji dla zachowania agresywnego. W modelu interakcjonizmu społecznego agresja traktowana jest jako forma działania przymuszającego, a także jako rezultat procesu podejmowania decyzji. Pojęcie działania przymuszającego jest według badaczy mniej wartościujące. Pozwala uniknąć kwalifikowania wyrządzenia szkody jako uprawnionego lub nieuprawnionego, obejmuje zarówno siłę fizyczną, jak i groźby i kary jako strategie wyrządzania szkody lub uzyskiwania posłuszeństwa u obiektu działania, który sobie tego nie życzy. Celem działań przymuszających jest kontrola zachowania innych osób, przywrócenie sprawiedliwości oraz potwierdzenie i ochrona własnej tożsamości. Sprawca podejmuje decyzję: postanawia zastosować strategie oparte na przymusie, a następnie wybiera konkretną, najskuteczniejszą formę przymusu. Autorzy wymieniają trzy podstawowe formy działania łączące się z przymusem: groźbę (szczególnie warunkową), karę i siłę fizyczną. Agresor pragnie uzyskać posłuszeństwo ofiary, ale nie jest to celem samym w sobie, tylko pośrednim do uzyskania określonego rezultatu. W procesie decyzyjnym istotne jest kalkulowanie kosztów i korzyści (szacowanie prawdopodobieństwa osiągnięcia oczekiwanego rezultatu), postawy i cenione przez sprawcę wartości (dopuszczalne strategie przymusu) oraz poznawcza dostępność skryptów zachowań przymuszających. Agresja, jako szczególna forma działania przymuszającego, jest tylko jedną z potencjalnych strategii wpływu, a dana osoba, podczas racjonalnego procesu wyboru, podejmuje decyzję, czy zastosować tę strategię w danej sytuacji. Model dotyczy głównie agresji instrumentalnej, co jest wyjątkiem wśród innych koncepcji, skoncentrowanych zwykle na agresji wrogiej.

Próbę zidentyfikowania mechanizmów różnych rodzajów agresji podjął Frączek (1975). W regulacyjnej teorii agresji interpersonalnej o charakterze społeczno-poznawczym u podłoża czynności agresywnych leżą procesy emocjonalno-motywacyjne bądź wymagania związane z realizacją zadań i ról społecznych. Interpersonalne czynności

agresywne, u których podstaw leżą emocje gniewu, złości czy irytacji, a celem jest zadanie bólu lub zranienie, określane są jako agresja gniewna. Agresja służąca osiągnięciu innego celu poza zadaniem bólu czy zranieniem, nastawiona na redukcję potrzeb, to agresja instrumentalna, natomiast ta przejawiana ze względu na zadania została nazwana agresją zadaniową. Gotowość do agresji w koncepcji Frączka jest tożsama z pojęciem agresywności, rozumianej jednak inaczej niż w tradycji psychologii osobowości, ujmującej agresywność w kategoriach cech (Frączek, informacja ustna, 29.04.2010). Gotowość do agresji, czyli gotowość do zachowania się agresywnego w kontaktach interpersonalnych, definiuje Frączek (2009) w kategoriach zespołu psychologicznych procesów i struktur leżących u podstawy i regulujących agresywne zachowanie (aktywizowanych i czynnych w regulacji aktu agresji). Według autora, należy starać się określać i diagnozować te intrapsychiczne mechanizmy czynności agresywnych. Głównym założeniem regulacyjnej teorii agresji interpersonalnej jest więc koncentracja na regulacji intrapsychicznej, a nie formach zachowań. Podstawowe wzorce gotowości do agresji, które wymienia badacz, to: a) gotowość emotogenno-impulsywna, objawiająca się skłonnością do łatwego reagowania złością na bodźce szkodliwe i frustrację oraz brakiem adekwatnej kontroli emocjonalnej (agresja reaktywno-impulsywna), b) gotowość nawykowo-poznawcza, oznaczająca specyficzne nawyki, schematy i skrypty generujące zachowania agresywne, zwykle włączone w role, np. zawodowe (agresja zadaniowo-instrumentalna) oraz c) gotowość osobowościowo-immanentna, czyli stabilna, autonomiczna potrzeba agresywnych zachowań (w nawiązaniu do konceptualizacji Murraya, Maslowa i Kornadta), będąca źródłem osobistej satysfakcji (agresja proaktywno-immanentna). Istotnym elementem mechanizmu jest satysfakcja pozyskiwana z samej czynności agresywnej i/lub obserwowania jej konsekwencji (sadyzm w konwencji psychopatologii; charakterystyka psychopatii według Hare'a). *Potrzeba agresji* jest konstruktem podstawowym i wystarczającym, ale należy rozważać oraz badać empirycznie, jakie są korelaty tak identyfikowanej gotowości (Frączek, informacja ustna, 29.04.2010).

Podobnie rozumiana jest gotowość do agresji w modelu rozwoju zachowań agresywnych Farnickiej, Liberskiej i Niewiedział (2016), nazywana przez autorki gotowością do agresywności. Autorki koncentrują

się na gotowości do agresji rozumianej jako „względnie stała tendencja podmiotu do częstych zachowań agresywnych, przejawianych wobec obiektów społecznych" (tamże, s. 134). U podstaw koncepcji leży ogólny model agresji (*the General Aggression Model*, GAM) Andersona i Bushmana (2002). Model rozwoju zachowań agresywnych został rozbudowany o wymiar zmian rozwojowych, zachodzących w danym okresie życia, w celu uchwycenia procesu kształtowania się agresywności w toku życia oraz osadzenia go w różnych kontekstach rozwojowych. Wyróżnione w modelu czynniki – cechy kontekstu sytuacyjnego (np. rodzina, rówieśnicy i szkoła), oraz zasoby jednostki w danej sytuacji (zmienne biologiczne i społeczne), tworzą kontekst rozwojowy w danym czasie. Gotowość do agresji jest według badaczek związana z ekspresją emocji, kontrolą gniewu oraz postawą wobec zachowań agresywnych, przyzwalającą na zachowanie naruszające granice interpersonalne.

Analizując powyższe teorie, można zauważyć, że badacze koncentrują się na różnych aspektach zjawiska agresji, akcentując jego odmienne elementy na poziomie fizjologicznym, behawioralnym, emocjonalnym lub poznawczym.

1.2 Definicje agresji

Jak wynika z przeglądu teorii agresji, zjawisko to można analizować na dwóch poziomach. Może być rozpatrywane w kategoriach procesu, wówczas agresją nazywa się szczególny rodzaj czynności realizowanych przez ludzi, jak również w kategoriach struktury – jako szczególny rodzaj właściwości przypisywanych osobie. Uzasadnione jest więc odróżnienie czynności agresywnych (agresji) i agresywności (Frączek, 1975).

W literaturze psychologicznej, za klasyczną (na gruncie behawioryzmu) definicję agresji uznaje się podaną przez Bussa (1961, s. 1), który ujmuje ją jako „reakcję dostarczającą szkodliwych bodźców innemu organizmowi". Buss reprezentuje podejście obiektywne (w przeciwieństwie do intencjonalnego, uznającego agresję za działanie celowe), opierając się na obserwowalnych i mierzalnych konsekwencjach zachowań, na podstawie których można orzekać o agresji. Oznacza to, że istotne są, niezależnie od intencji, szkodliwe skutki danego działania

(np. obrażenia ciała lub podważanie czyjejś godności osobistej). Definicja ta była krytykowana, ponieważ obejmuje wiele form zachowań, również nieagresywnych (niezamierzone szkody i obrażenia, np. w wyniku wypadku, zaniedbania albo niekompetencji) lub zachowań autoagresywnych (np. samobójstwo) i sadomasochistycznych praktyk seksualnych, w których nie występuje chęć uniknięcia szkodliwego potraktowania. Jednocześnie autor definicji nie bierze pod uwagę zachowań celowo agresywnych, niedoprowadzających do zamierzonych konsekwencji (np. niecelny strzał), myśli i agresywnych życzeń oraz braku działania, powodującego szkodę drugiej osobie (np. nieudzielenie pomocy). W późniejszym czasie definicję Bussa uzupełniono więc, dodając trzy istotne elementy: agresor dostarcza szkodliwy bodziec z intencją wyrządzenia krzywdy ofierze i oczekuje, że działanie to będzie miało zamierzony efekt, natomiast ofiara szkodliwego działania chce go uniknąć. Kwestia intencji jest jednak problematyczna, ze względu na trudność jej weryfikowania (Krahé, 2006).

Agresja określana jest również jako „wszelkie wrogie działanie fizyczne lub słowne, zwykle gwałtowne, będące na ogół reakcją na frustrację i mające na celu szkodę obiektu agresji" (Ostaszewska, 1965, s. 11), „pewien rodzaj zachowania się, powstały w określonych warunkach zewnętrznych pod wpływem swoistych procesów motywacji" (Skorny, 1968, s. 68), „zachowanie występujące w formie ataku skierowanego przeciwko określonym osobom lub przedmiotom, wyrządzające szkody materialne lub moralne, będące wskutek tego przedmiotem dezaprobaty społecznej" (Skorny, 1989, s. 188), „zachowanie agresywne, wrogie (niekiedy gwałtowne) fizyczne lub słowne, związane z pojawieniem się takich stanów emocjonalnych, jak: rozdrażnienie, niezadowolenie, napięcie, gniew, rzadziej zagrożenie, strach lub lęk – skierowane przeciwko zewnętrznym źródłom wymienionych stanów emocjonalnych (ludziom lub przedmiotom)" (Pużyński, 1986, s. 12–13), czy też „działanie intencjonalne, ukierunkowane na zranienie lub sprawienie bólu" (Aronson i in., 1997, s. 497). Frączek (1979, s. 13) stwierdza natomiast, że agresja to „czynności mające na celu wyrządzenie szkody i spowodowanie utraty cenionych społecznie wartości, zadanie bólu fizycznego lub spowodowanie cierpienia moralnego". Agresja ma formę czynności interpersonalnych, czyli są to czynności podejmowane i realizowane przez podmiot wobec innych żywych istot. Na ogół więc akcentowane są

dwa zasadnicze elementy: agresywne zachowanie niesie ze sobą negatywne skutki dla ofiary, a sprawca opisywany jest jako osoba pragnąca zranić ofiarę fizycznie lub psychicznie.

Aktualnie najpopularniejsza, ze względu na swoją zwięzłość oraz uwzględnianie intencjonalności i chęci uniknięcia szkodliwego potraktowania przez podmiot będący obiektem działania, jest definicja zaproponowana przez Barona i Richardsona (1994, s. 7): „agresja to każda forma zachowania, której celem jest wyrządzenie szkody lub spowodowanie obrażeń u innej żywej istoty, motywowanej do uniknięcia takiego potraktowania". Definicja ta jest jednak niepełna. Można co prawda uznać, że obejmuje agresję ukrytą (agresywne wyobrażenia, myśli i uczucia; ukryte uczucie wrogości lub gniewu bez jawnego wyrażania agresji), nie uwzględnia jednak kilku innych rodzajów agresji: biernej (powstrzymywania się od określonego zachowania, powodującego szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem agresji), agresji pośredniej (nazywanej inaczej przemieszczoną lub przeniesioną, czyli zachowań powodujących szkodę lub przykrość, skierowanych na osoby lub przedmioty niebędące obiektem agresji – podmioty zastępcze) oraz agresji instrumentalnej (agresywnych zachowań podejmowanych, aby osiągnąć określony cel, każdy inny niż zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie). Dlatego definicja agresji została przeformułowana na potrzeby niniejszej pracy w następujący sposób:

> Agresja to każda forma zachowania (lub powstrzymanie się od niego), powodująca lub mająca spowodować szkodliwe konsekwencje dla podmiotu będącego obiektem agresji lub podmiotu zastępczego, której celem jest zadanie bólu, wyrządzenie szkody fizycznej i/lub psychicznej innej żywej istocie, motywowanej do uniknięcia takiego potraktowania, lub osiągnięcie innego celu.

Agresywność z kolei jest historycznie najczęściej określana jako względnie stała cecha osobowości „nabyta i utrwalona w procesie jej rozwoju na podstawie uczenia społecznego, a polegająca na częstych, nieadekwatnych do bodźca, reakcjach agresywnych o znacznym nasileniu, występujących w stosunku do szerokiego zakresu obiektów społecznych, […] współwystępująca często z nieumiejętnością kontrolowania reakcji i wyraźną wrogością w stosunku do otoczenia" (Frączek,

1975, s. 45). Wyznacznikami agresywności są więc częste przejawianie agresji i duża liczba zachowań agresywnych (Buss, 1961; Skorny, 1968), duża intensywność i nieadekwatność reakcji agresywnych w stosunku do działającego bodźca (Kubacka-Jasiecka, 1975; Liberska i Matuszewska, 2003), brak lub nadmierna kontrola reakcji agresywnych (Kirwil, 1984) oraz stała wrogość w stosunku do innych ludzi (Pospiszyl, 1975).

W zależności od przyjętej koncepcji teoretycznej za podstawę agresywności uznaje się czynniki biologiczne (np. organiczne, popęd lub instynkt) albo społeczne (będące efektem uczenia się jak nawyk albo społecznego uczenia się). Stosowane definicje terminu *agresywność* wskazują na teorię, z której się wywodzą. Berkowitz ujmuje agresywność jako „wyuczoną gotowość do reagowania agresją" (1965, s. 324) oraz „względnie stałą gotowość do agresywnego zachowania w różnych sytuacjach" (1993, s. 21), według Bussa (1961) to „nawyk do atakowania", Skorny (1968, s. 69) twierdzi, że agresywność to cecha osobowości „odnosząca się albo do zachowania, albo też do jego motywacji", a Frączek (1975, s. 39) opisuje agresywność jako „szczególny rodzaj właściwości przypisywanych ludziom, charakteryzujący się powtarzalnością przejawów". Natomiast James i McIntyre (2000) traktują ukrytą i poznawczą gotowość do agresji jako przejaw agresywnych skłonności (teoria Jamesa i McIntyre'a została szczegółowo przedstawiona w podrozdziale 1.2.2).

Określenie *gotowość do agresji*, wpisujące się w poznawcze ujęcie osobowości, może być zatem stosowane zamiennie z terminem *agresywność* (mającym swoje źródło w teorii cech) w odniesieniu do osobowości agresywnej, ponieważ odnosi się do tego samego konstruktu. Różnica polega jedynie na wykorzystaniu w pomiarze różnych elementów: w podejściu cechowym nacisk jest postawiony na badanie zachowania agresywnego jako przejawu skłonności do agresji, natomiast w podejściu poznawczym – na mechanizmy usprawiedliwiania agresji, prowadzące do agresywnego zachowania. Poznawczą gotowość do agresji można porównać do poziomu charakterystycznych przystosowań w funkcjonowaniu systemu osobowości według teorii pięcioczynnikowej Costy i McCrae (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006), wynikającego z poziomu podstawowych tendencji (pięciu wymiarów osobowości). Poziom ten dotyczy zjawisk uwarunkowanych kulturowo, wyuczonych nawyków, przekonań oraz innych charakterystyk będących odbiciem funkcjonowania trwałych cech osobowości i kształtowanych w wyniku interakcji

z otoczeniem. Zagadnienie to zostało szczegółowo opisane w podrozdziale 1.3.2.1. Poznawcza gotowość do agresji wynika z podstawowego poziomu dyspozycji do agresji (skłonności do agresywnego zachowania, agresywnego usposobienia, rozumianego jako cecha) i dotyczy przekonań (mechanizmów usprawiedliwiania agresji). Istnieją teorie i badania w nurcie poznawczo-behawioralnym i społecznym, pokazujące, że jest to mechanizm kluczowy w rozumieniu zachowania agresywnego i w pomiarze agresywnych tendencji. Stąd postulat, aby mierzyć gotowość do agresji, zamiast prowadzić obserwacje zachowania agresywnego czy wykorzystywać samoopisy zachowania (Baron i Richardson, 1994; Buss, 1961; James, 1998; James i McIntyre, 2000).

Definicję gotowości do agresji jako agresywności należy jednak rozszerzyć o aspekt emocjonalny, który nie został uwzględniony jako niezależny czynnik. Emocjonalną gotowość do agresji, czyli skłonność do odczuwania agresywnych emocji, można umieścić na poziomie podstawowych tendencji (pięciu wymiarów osobowości) w teorii pięcioczynnikowej Costy i McCrae (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006), ponieważ jest jednoznaczna ze składnikiem Neurotyczności – Agresywną wrogością (N2). W definicji konieczne jest również uwzględnienie aspektu behawioralnego, a więc skłonności do konkretnych zachowań agresywnych, które można umieścić na poziomie *charakterystycznych przystosowań* oraz *biografii obiektywnej* w PTO, a także na poziomie *dyspozycji do agresji* (skłonności do agresywnego zachowania) w modelu Jamesa i McIntyre'a (2000) (zob. tabela 1). Autorska koncepcja uwzględniająca poznawczą i emocjonalną gotowość do agresji oraz skłonność do agresywnego zachowania i jego różnych form została nazwana *trójczynnikową teorią agresywności* (TTA). Przesłanki, które skłoniły autorkę badań, żeby wnioskować o ich niezależności, są następujące: zmienne można uznać za niezależne, ponieważ może występować gotowość emocjonalna bez poznawczej i behawioralnej, poznawcza bez gotowości emocjonalnej i behawioralnej itd. Inaczej niż u Jamesa i McIntyre'a (2000), według których z dyspozycji do agresji (agresywnego usposobienia połączonego z agresywnymi emocjami) wynika poznawcza gotowość do agresji, a z niej agresywne zachowanie. Według autorki badań, jeden czynnik może się przekładać na drugi, ale nie musi. Każdy z elementów trójczynnikowej teorii agresywności może występować niezależnie: agresywne emocje lub przekonania

niewyrażone w zachowaniu, zachowanie agresywne niezależne od agresywnych emocji lub przekonań. Dowodem na to jest występowanie agresji instrumentalnej, inaczej zimnej, nastawionej na redukcję potrzeb, czyli agresywne zachowanie podejmowane, aby osiągnąć określony cel, każdy inny niż zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie. W tym rodzaju agresji nie ma agresywnych emocji ani nie musi być agresywnych przekonań, natomiast występuje agresywne zachowanie. W agresji wrogiej, której celem jest zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie jako wyraz uczuć negatywnych, występują agresywne emocje, z którymi nie muszą się wiązać agresywne przekonania ani agresywne zachowanie.

W niniejszej pracy określenia *zachowanie agresywne* i *agresja* będą używane zamiennie. W centrum zainteresowania znajdzie się natomiast *agresywność*, nazywana również *gotowością do agresji*, która na potrzeby tej pracy została zdefiniowana jako poznawcza i emocjonalna gotowość do agresywnego zachowania, obejmującego różne rodzaje agresji, mogąca realizować się w nich.

1.2.1 Rodzaje agresji

W literaturze przedmiotu wyróżnia się wiele różnych form zachowań agresywnych, wynikających z rozmaitych kryteriów podziału, istotnych dla zrozumienia z jednej strony mechanizmów agresji, a z drugiej – jej przejawów.

Buss (1961) operuje następującymi wymiarami: agresja fizyczna – werbalna (działania szkodliwe, które powodują ból i szkodę vs szkodliwe działania o charakterze odrzucenia i zagrożenia), czynna – bierna (działania szkodliwe dla osób lub przedmiotów, na które się je kieruje vs powstrzymywanie się od określonego działania, powodujące szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem agresji) oraz bezpośrednia – pośrednia (skierowanie ataku wprost na określoną osobę będącą powodem frustracji vs atak skierowany na „obiekty zastępcze", czyli na osoby lub rzeczy niebędące właściwym przedmiotem zachowań agresywnych lub atak dokonany za pośrednictwem osób trzecich). Rodzaje, powstające z połączenia tych trzech wymiarów, to agresja: fizyczna – czynna – bezpośrednia (np. popychanie, uderzanie,

strzelanie do drugiej osoby), fizyczna – czynna – pośrednia (np. zastawianie pułapek, wynajęcie płatnego mordercy), fizyczna – bierna – bezpośrednia (fizyczne powstrzymywanie od osiągnięcia pożądanego celu lub wykonania pożądanego działania, np. demonstracja sit-in), fizyczna – bierna – pośrednia (odmówienie wykonania koniecznych zadań, np. odmowa usunięcia się podczas demonstracji sit-in), werbalna – czynna – bezpośrednia (obrażanie lub poniżanie), werbalna – czynna – pośrednia (np. rozpowszechnianie złośliwych plotek lub pogłosek), werbalna – bierna – bezpośrednia (np. odmawianie rozmowy, udzielania odpowiedzi), werbalna – bierna – pośrednia (niedokonywanie określonych słownych komentarzy, np. niestawanie w obronie osoby, która jest niesłusznie krytykowana). Wymienione powyżej wymiary dotyczą sposobu oraz skutków działania agresora, natomiast kolejne wyróżnione przez badacza – agresja wroga i instrumentalna – dotyczą przyczyn oraz funkcji agresji. W przypadku agresji wrogiej szkodliwe bodźce stymulujące do zachowania agresywnego są związane z frustracją, natomiast gdy zachowanie agresywne jest narzędziem służącym do usunięcia przeszkód stojących na drodze do celu, wówczas mówimy o agresji instrumentalnej.

Skorny (1968, 1987) wymienia następujące kategorie agresji i jej rodzaje: wyróżnione ze względu na podmiot agresji – indywidualną i grupową, ze względu na przedmiot agresji – przeciw osobom, rzeczom i przeciw samemu sobie oraz bezpośrednią i przemieszczoną. Ze względu na formę występowania agresji – fizyczną i słowną, czynną i bierną oraz bezpośrednią i pośrednią, prostą i złożoną, behawioralną (skierowaną przeciwko konkretnym osobom lub rzeczom), symboliczną (wyobrażeniową) i tematyczną (polegającą na występowaniu określonego rodzaju wypowiedzi słownych). Ze względu na zewnętrzne warunki powstawania agresji – frustracyjną (będącą reakcją na blokadę określonych potrzeb), instrumentalną (będącą następstwem wystąpienia przeszkód na drodze do celu, ale niepowodujących frustracji; jej motywem są określone cele działania), naśladowczą (będącą następstwem oddziaływania określonych modeli zachowania się) oraz agresję patologiczną (mającą źródło w procesach chorobowych zachodzących w układzie nerwowym).

Frączek (1975) wyróżnia agresję gniewną, której celem jest ból i zranienie; instrumentalną, której celem jest redukcja potrzeb, czyli każdy inny cel niż ból i zranienie; zadaniową, realizowaną ze względu

na zadania; fizyczną (np. bicie, kopanie lub atakowanie przy użyciu broni); werbalną (np. wymyślanie, obrażanie lub deprecjonowanie); symboliczną (agresywne myśli, fantazje i marzenia) oraz samoagresję (autoagresję).

W teorii Berkowitza (1993) można odnaleźć agresję instrumentalną, której cel jest inny niż zranienie; emocjonalną (nazywaną inaczej gniewną lub wrogą), której celem jest zranienie; fizyczną, werbalną, bezpośrednią (np. spoliczkowanie osoby, która nas obraziła – agresja bezpośrednia fizyczna lub obrażenie osoby, która nas obraziła – bezpośrednia werbalna), pośrednią (przemieszczoną, np. kopnięcie krzesła zamiast człowieka, który nas obraził – pośrednia fizyczna lub rozpowszechnianie plotek – pośrednia werbalna); kontrolowaną, wykonywaną ze świadomością konsekwencji (kalkulowane ryzyko) oraz impulsywną (niebranie pod uwagę konsekwencji ani innych możliwości działania).

Agresja, według Reykowskiego (2002), dzieli się na: obronną, instrumentalną (zdobywczą), dla przyjemności (immanentną), fizyczną, psychiczną, ukrytą (agresywne myśli i wyobrażenia) oraz symboliczną (agresywne ideologie).

Czyżowska (2009) wymienia agresję: fizyczną i słowną, antyspołeczną (wyrażaną w sposób nieakceptowany społecznie) i prospołeczną (służącą celom społecznie akceptowanym, takim jak wojna, kara lub obrona potomstwa), naśladowczą (będącą efektem modelowania), instrumentalną (służącą osiąganiu celów) oraz patologiczną (będącą wynikiem zaburzeń chorobowych).

Zachowanie agresywne to również temat rozważań Kubackiej-Jasieckiej (2006). Autorka, tworząc własną klasyfikację rodzajów agresji, powołuje się na rozróżnienia powszechnie obecne w literaturze przedmiotu, którego dokonali m.in. Frączek (1975), Reykowski (1977) i Krahé (2006). Badaczka wymienia następujące rodzaje agresji: reaktywną (emocjonalną, motywowaną takimi emocjami, jak irytacja, złość lub gniew), instrumentalną (zorientowaną na zaspokojenie ważnych potrzeb, w tym zachowania agresywne pełniące funkcje manipulacyjne), zadaniową (zachowanie związane z wykonywaniem zadań lub ról społecznych), ekspresywną (impulsywną, której celem jest regulacja napięcia emocjonalnego), spontaniczną (zachowanie niesprowokowane) oraz agresję destruktywną (wrogą, której celem jest ekspresja negatywnych stanów emocjonalnych).

Krahé (2006) w wyniku analiz ustaliła 9 kryteriów wyróżniania i 18 następujących rodzajów agresji:

1. werbalna – fizyczna (wyróżniana ze względu na modalność reakcji);
2. czynna – bierna (działanie lub brak działania, wyróżniana ze względu na jakość reakcji);
3. bezpośrednia – pośrednia (wyróżniana ze względu na bezpośredniość);
4. jawna – ukryta (ze względu na widoczność);
5. niesprowokowana – odwetowa (ze względu na wzbudzenie);
6. wroga – instrumentalna (ze względu na ukierunkowanie na cel);
7. fizyczna – psychiczna (ze względu na typ szkody);
8. przejściowa – długotrwała (ze względu na trwałość konsekwencji);
9. jednostki – grupy (ze względu na zaangażowane obiekty społeczne).

Agresja czynna określana jest jako działania szkodliwe dla osób lub przedmiotów, na które się je kieruje, natomiast bierna jako powstrzymywanie się od określonego działania, powodujące szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem agresji (Buss, 1961). Agresywne zachowania bezpośrednie definiowane są jako skierowanie ataku wprost na określoną osobę, a pośrednie (przemieszczone) jako zachowania powodujące szkodę lub przykrość, nieprzybierające formy bezpośredniego działania (Berkowitz, 1993; Buss, 1961). Agresywne działania jawne i ukryte opisywane są jako widoczne zachowania vs agresywne myśli i wyobrażenia. Agresja odwetowa, w przeciwieństwie do niesprowokowanej przez inny obiekt, polega na działaniu w odpowiedzi na prowokację. Działanie agresywne wrogie dotyczy chęci wyrządzenia szkody, zadania bólu lub zranienia drugiej osoby jako ekspresja uczuć negatywnych, natomiast instrumentalne opiera się na zamiarze osiągnięcia określonego celu za pomocą aktu agresji i redukcji potrzeb (Berkowitz, 1993; Frączek, 1975; Reykowski, 2002). Zachowania agresywne przejściowe i długotrwałe odnoszą się do konsekwencji działań danej osoby, agresja fizyczna i psychiczna natomiast do rodzaju szkody, jaką dane działanie powoduje (Krahé, 2006). Klasyfikacja dokonana przez badaczkę obejmuje wszystkie występujące rodzaje agresji: każda z jej form może zostać przyporządkowana do przynajmniej jednej z wyodrębnionych kategorii. Dzięki temu jest to system klasyfikacji skończony i wyczerpujący.

1.2.2 Gotowość do agresji

Gotowość do agresji jest ważnym pojęciem dla badaczy wpływu frustracji na zachowanie agresywne, lecz definiowana przez nich gotowość ma charakter jedynie emocjonalny (Berkowitz, 1962, 1989, 1993; Berkowitz i LePage, 1967; Dollard i in., 1939). Frączek (1975) stawia na równi aspekty emocjonalne i poznawcze, a podejście to jest kontynuowane w modelu agresji Jamesa i McIntyre'a (2000): motywacją do agresji mogą być zarówno myśli, przekonania i postawy (np. intencja wyrządzenia szkody), jak również emocje (np. odczuwanie nienawiści do celu własnej agresji). Autorzy, doceniając rolę gotowości emocjonalnej i uwzględniając agresywne emocje w swoim modelu, nie traktują jej jednak jako niezależnego czynnika i koncentrują się na gotowości poznawczej.

Opierając się na wcześniejszych teoriach, James i McIntyre (2000) stworzyli model agresji, który został potwierdzony w wielu badaniach oraz stał się podstawą do powstania aktualnie najlepszej skali do badania agresywności. *Test rozumowania* jest uznawany za najlepszą metodę nie tylko przez jej autorów, którzy przeprowadzili wiele badań z jej użyciem, ale również powszechnie używany w badaniach naukowców na całym świecie (np. Berry, Sackett i Tobares, 2010; Galić, 2016; Galić, Scherer i LeBreton, 2014; Schoen, Bowler i Schilpzand, 2018). Agresja jest według autorów formą zachowania społecznego, podobnie jak to zostało przyjęte przez innych badaczy, ale autorzy nie wyróżniają w swojej koncepcji różnych form agresji. Twórcy modelu agresji, leżącego u podstaw *Testu rozumowania*, wykazali w badaniach, że to, w jakim stopniu ludzie są przygotowani poznawczo do agresji, jest ściśle związane z prawdopodobieństwem, że rzeczywiście angażują się w zachowania agresywne. Istnieją trzy elementy tego modelu: dyspozycja do agresji (skłonność do agresywnego zachowania, czyli agresywne usposobienie rozumiane jako cecha), niejawna (ukryta) poznawcza gotowość do agresji (mechanizmy usprawiedliwiania agresji) i agresywne zachowanie (przejaw agresji). Agresywne usposobienie prowadzi do niejawnej poznawczej gotowości do agresji, która z kolei do zachowań agresywnych. Silna skłonność do rozumowania w sposób usprawiedliwiający agresję wskazuje, że dana osoba jest poznawczo przygotowana do podjęcia agresywnych działań w przyszłości (James, 1998). Poziom poznawczej gotowości do agresji interpersonalnej jest istotnym czynnikiem, ponieważ przekłada się

bezpośrednio na realne działania o charakterze agresywnym, co zostało wielokrotnie udowodnione w badaniach (Buss, 1961; Baron i Richardson, 1994; James i McIntyre, 2000).

Model ten został szczegółowo opisany w tabeli 1.

Tabela 1

Model agresji Jamesa i McIntyre'a

Elementy modelu	Cechy charakterystyczne
Dyspozycja do agresji (skłonność do agresywnego zachowania, agresywne usposobienie)	• chęć przezwyciężenia oporu siłą, pragnienie zemsty w formie zranienia, ataku lub kary • używanie agresji do radzenia sobie z frustracją • odczuwanie nienawiści do celu własnej agresji • intencja wyrządzenia szkody celowi własnej agresji • zmniejszona zdolność samoregulacji • traktowanie agresji jako najbardziej skutecznej reakcji
Ukryta poznawcza gotowość do agresji (mechanizmy usprawiedliwiania agresji)	• błąd atrybucji wrogości • błąd retrybucji • błąd fałszywej winy • błąd wiktymizacji • błąd kontrastu sił • błąd rzekomej aprobaty społecznej
Agresywne zachowanie (przejaw agresywności)	• atak fizyczny, napaść, morderstwo • łamanie reguł, naruszanie przepisów, uszkadzanie sprzętu, wandalizm, podpalenie, kradzież, oszustwo, sabotaż, szpiegostwo • nękanie, zastraszanie, stosowanie gróźb, niesubordynacja, arogancja, brak szacunku, utrudnianie • kłamstwa, symulowanie (w tym niedostrzegalne wstrzymywanie wysiłku), ataki personalne, rozsiewanie złośliwych plotek i pogłosek, raniąca krytyka, celowe wywoływanie konfliktów interpersonalnych • nieodpowiadanie na wiadomości, połączenia telefoniczne oraz e-maile • zaniechanie próby rozwiązania problemów lub ostrzeżenia o potencjalnym zagrożeniu • nawykowe spóźnienia i nieobecności w pracy oraz na spotkaniach, prokrastynacja (nawykowa opieszałość), upór, stawianie biernego oporu, powolna i niedokładna praca, nieprzewidywalność, niesłowność, udawanie braku umiejętności lub zrozumienia

Źródło: James i McIntyre (2000, s. 30)

Agresywna osoba wybiera użycie jednej z form agresji, aby poradzić sobie ze szczególnie frustrującymi sytuacjami. Nie lubi lub nienawidzi celu swojej agresji i pragnie mu wyrządzić krzywdę. Ma zmniejszone możliwości samoregulacji i nierozwinięte wewnętrzne zakazy i normy związane z użyciem agresji oraz dostrzega ograniczone możliwości reagowania, uznając agresję za najbardziej skuteczną odpowiedź na frustrację i gniew (Bandura, 1973; Baron i Richardson, 1994; Baumeister, Smart i Boden, 1996; Berkowitz, 1993; Gay, 1993; Huesmann, 1988; Laursen i Collins, 1994; O'Leary-Kelly, Griffin i Glew, 1996). Osoba agresywna jest przekonana, że jej zachowanie jest usprawiedliwione, i chce, aby jej działania wydawały się racjonalne i rozsądne (Anderson, 1994; James, 1998; Tedeschi i Nesler, 1993; Toch, 1993). Osoba taka ma tendencję do zachowywania się w sposób antagonistyczny, wojowniczy, kontrowersyjny, wrogi, złośliwy, obraźliwy, hałaśliwy, awanturniczy, zaczepny, nieprzyjazny lub biernoagresywny. Walczy z rówieśnikami, jest niesubordynowana, celowo wstrzymuje wysiłek lub angażuje się w szkodliwą krytykę innych osób. Stara się usprawiedliwiać agresywne zachowania (np. walczenie lub słowną krytykę, które mają na celu zranienie) jako formę samoobrony, mającą na celu reakcję na fizyczne lub werbalne ataki zainicjowane przez innych, co jest wynikiem specyficznej interpretacji zachowań innych osób (Anderson, 1994; Averill, 1993; Baron i Richardson, 1994; Baumeister i in., 1996; Berkowitz, 1993; Brehmer, 1976; Crick i Dodge, 1994; Felson i Tedeschi, 1993; Gay, 1993; Huesmann, 1988; James, 1998; Millon, 1990; Tedeschi i Nesler, 1993; Toch, 1993).

Osobami agresywnymi kieruje kilka ukrytych, błędnych przekonań, służących usprawiedliwianiu ich własnych agresywnych zachowań (James, 1998; James i LeBreton, 2010; James i McIntyre, 2000; James i in., 2004). U ich podstaw leży ukryte założenie, że istnieje racjonalne uzasadnienie dla użycia agresji. James (1998) zasugerował na ich określenie termin *mechanizmy usprawiedliwiania agresji* (*justification mechanisms*). W niniejszym kontekście mechanizmy usprawiedliwiania są definiowane jako „ukryte uprzedzenia, mające na celu określenie, kształtowanie lub wpływanie w inny sposób na rozumowanie w celu zwiększenia wrażenia racjonalności agresywnego zachowania" (James i McIntyre, 2000, s. 6).

Pierwsze błędne przekonanie, czyli *błąd atrybucji wrogości* (nazywane inaczej wrogim zniekształceniem atrybucji lub wrogim stylem atrybucji,

hostile attribution bias), to ukryta skłonność do dostrzegania i poszukiwania wrogich zamiarów jako racjonalnej przyczyny zachowań innych osób (Burks, Laird, Dodge, Pettit i Bates, 1999; Crick i Dodge, 1994; Dodge i Coie, 1987) oraz nawykowa tendencja do błędnej identyfikacji zachowań wieloznacznych jako wrogich (Bailey i Ostrov, 2008; Burks i in., 1999; Dill, Anderson, Anderson i Deuser, 1997). Prowadzi do dopatrywania się ukrytego celu w zachowaniach neutralnych lub przyjaznych i interpretowania ich jako wrogie. Osoba prezentująca wrogi styl atrybucji zakłada, że ludzie są zwykle motywowani do działania chęcią szkodzenia innym. Przy tym racjonalizuje własne agresywne zachowanie, uznając je za akt samoobrony, mający powstrzymać fizyczny lub werbalny atak ze strony drugiej osoby, której przypisywana jest celowa wrogość. Na przykład odmowa przyznania podwyżki przez szefa może być interpretowana jako determinacja, aby zaszkodzić pracownikowi („on chce mnie dopaść"), pomocne sugestie przełożonego są traktowane przez agresywnego podwładnego jako celowe próby deprecjonowania jego pracy, a propozycja pomocy złożona przez współpracownika, aby asystować przy realizacji projektu, uznawana jest za próbę sabotażu pracy agresora lub podważenia jego kompetencji.

Błąd odwetu (*retribution bias*), czyli przekonanie o prawie do zemsty, polega na nieświadomej skłonności do przyznawania logicznej wyższości odwetowi nad pojednaniem, co ujawnia się w przekonaniu, że agresja jest skutecznym sposobem przywracania szacunku oraz egzekwowania zadośćuczynienia za spostrzeganą krzywdę. Błąd ten jest szczególnie widoczny w przekonaniu, że każdy człowiek chętniej zemści się, niż wybaczy, i będzie raczej dochodził swojego, niż współpracował. Osoba popełniająca ten błąd uważa również, że wzięcie odwetu jest ważniejsze niż utrzymanie relacji z drugą osobą. Przekonanie o prawie do odwetu leży u podstaw uzasadniania agresji zranioną dumą, zakwestionowaną samooceną i spostrzeganym brakiem szacunku (Baumeister i in., 1996).

Kolejnymi błędnymi przekonaniami wymienianymi przez Jamesa i McIntyre'a (2000) są *błąd fałszywej winy* (*derogation of target bias*) oraz *błąd wiktymizacji* (*victimization by powerful others bias*). Pierwszy z nich polega na skłonności do wykluczania innych przez nieświadomą tendencję do spostrzegania osób, które staną się lub stały się celem agresji, jako złych, niemoralnych lub niegodnych zaufania. Ten rodzaj przekonania pozwala na uzasadnienie agresji przez spostrzeganie jej ofiary jako

osoby, która na takie traktowanie zasłużyła. Innymi słowy, poniżając cel swojej agresji, osoba agresywna klasyfikuje ofiarę jako kogoś, kto „sam się o to prosił" (Bing i in., 2007).

Temu mylnemu przekonaniu może towarzyszyć błąd wiktymizacji przez potężnych oponentów. Jest to tendencja do selektywnego wyszukiwania zachowań, które agresor uważa za przejawy nierówności, wyzysku, niesprawiedliwości i prześladowania przez osoby i organizacje posiadające władzę. Należą do nich organy nadzoru, nauczyciele, przełożeni, organizacje zatrudniające, instytucje państwowe, np. Urząd Skarbowy, lub ogólnie pojmowany złowrogi system. Uwaga selektywna i wyszukiwanie informacji potwierdzających wcześniejsze założenia budzą i wzmacniają nieświadome skłonności do uznawania siebie za ofiarę „potężnych innych". Ten rodzaj rozumowania jest przyjmowany w celu usprawiedliwiania aktów agresji interpersonalnej jako uzasadnionego usuwania nierówności lub legalnej obrony przeciwko uciskowi.

Według autorów, kolejnym sposobem rozumowania, który może zostać wykorzystany do uzasadniania użycia agresji, jest *błąd kontrastu sił* (*potency bias*). James (1998) uznał go za szczególnie przekonujący przykład niejawnego charakteru błędów rozumowania. Polega on na tym, że osoby z wysoką gotowością do agresji mają tendencję do traktowania relacji interpersonalnych w kategoriach rywalizacji, a więc oceniania interakcji z innymi przez pryzmat możliwości dominacji lub konieczności bycia uległym. Takie traktowanie relacji z innymi, w celu ustalenia własnej pozycji jako dominującej lub uległej wobec innych, stanowi podstawę do wnioskowania, że zachowanie agresywne jest demonstracją siły, odwagi, męstwa i kontroli, a tym samym aktem, którym zyskuje się szacunek innych. Niezdolność do agresywnego zachowania jest traktowana jako porażka. Działanie pozbawione agresywności uznawane jest za przejaw słabości, lęku, tchórzostwa oraz bezsilności, a tym samym za zachęcanie innych do wykorzystania sytuacji. Dzięki takiemu myśleniu osoba agresywna może uzasadnić stosowanie przez siebie agresji w celu zdominowania innych.

Ostatnim wymienianym sposobem rozumowania jest *błąd rzekomej aprobaty społecznej* (*social discounting bias*), polegający na tendencji do preferowania społecznie niekonwencjonalnych i antyspołecznych pobudek jako najbardziej logicznych i prawdopodobnych przyczyn wydarzeń i relacji społecznych. W takim rozumowaniu zawiera się pogarda dla

tradycyjnych wartości i przekonań, a także brak wrażliwości, empatii i troski o zwyczaje społeczne, którym często towarzyszy brak racjonalnych zakazów dotyczących agresywnego zachowania. Osoby agresywne analizują wydarzenia społeczne w cyniczny i krytyczny sposób, umniejszając i zniesławiając osoby biorące w nich udział oraz wykazując skłonność do kojarzenia pozytywnych rezultatów z agresją. Są również przekonane, że obyczaje społeczne służą zaspokajaniu ich własnych potrzeb. Ich aspołeczne działania, mające na celu szkodzić innym, są uzasadniane jako wyraz wolnej ekspresji, uwolnienie od obyczajów i relacji społecznych.

Tabela 2 przedstawia sześć błędów rozumowania opisanych powyżej.

Tabela 2

Mechanizmy usprawiedliwiania agresji (błędy rozumowania)

Mechanizm	Zasada działania
Błąd atrybucji wrogości	Tendencja do dostrzegania i przypisywania wrogich intencji neutralnym zachowaniom innych osób. Nawet przyjacielskie zachowania odczytywane są jako mające ukryty cel wyrządzenia szkody i mogą zostać przypisane egoistycznym obawom i negatywnym motywacjom.
Błąd odwetu	Tendencja do przedkładania odwetu nad faktyczne rozwiązanie konfliktu i pojednanie skłóconych stron. Znajduje odzwierciedlenie w ukrytym założeniu, że agresja gwarantuje natychmiastowe zadośćuczynienie za doznaną krzywdę oraz przywrócenie szacunku ze strony oponenta. Osoba agresywna woli się zemścić niż wybaczyć i nadal współpracować, nawet kosztem ponoszenia dalszych strat i zupełnego zniszczenia wzajemnych relacji. Jest to typowa racjonalizacja osób agresywnych w reakcji na zranioną dumę, utratę autorytetu i zagrożenie poczucia własnej wartości.
Błąd fałszywej winy	Tendencja do obwiniania oponenta przez agresora, tak by w jego oczach zasługiwał na atak. Przypisuje mu się szereg negatywnych cech mających poznawczo uzasadnić agresję, np. skorumpowanie, nieszczerość, wrogie nastawienie do ludzi, niemoralność i nieetyczne postępowanie, podstępność, lub ignoruje się, nie docenia i deprecjonuje wszelkie pozytywne cechy ofiary.
Błąd wiktymizacji	Tendencja do spostrzegania siebie jako ofiary wykorzystywanej przez potężnego oponenta (np. instytucje rządowe). Dzięki temu agresor może uargumentować swoje postępowanie jako reakcję na odczuwaną niesprawiedliwość, próbę przywrócenia właściwego porządku rzeczy, naprawienie poniesionych krzywd lub walkę z wszechobecnym uciskiem.

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Błąd kontrastu sił	Tendencja do ujmowania i uzasadniania ataków w kategoriach kontrastu pomiędzy siłą i słabością (własną i oponenta). Osoby agresywne, popełniające ten rodzaj błędu, mają tendencję do sytuowania innych osób na kontinuum, począwszy od określeń: silny, asertywny, stanowczy, potężny, mocny, śmiały, odważny lub waleczny, a skończywszy na określeniach: słaby, bezsilny, uległy, nieśmiały, zakłopotany, zgodny, konformistyczny lub tchórzliwy. Drugi kraniec kontinuum uzasadnia użycie siły wobec oponenta, ponieważ w oczach agresora ofiara sama daje przyzwolenie, aby ją agresywnie potraktować. Ofiara jakoby zaprasza agresora dzięki swojej słabości i uległości, pokazując w ten sposób, że jest gotowa się poddać. Uzasadnieniu takiego traktowania oponenta służy również przekonanie, że dzięki agresji (np. konfrontacji z nauczycielami, konfliktowi ze współpracownikami) jej sprawca jest spostrzegany przez innych jako odważny lider.
Błąd rzekomej aprobaty społecznej	Tendencja do powoływania się na nietypowe i często antyspołeczne przekonania w celu interpretacji wydarzeń i relacji międzyludzkich. Pogardliwe podejście do tradycyjnych ideałów i wierzeń, niewrażliwe, nieprzychylne i nieskrępowane przez zwyczaje społeczne. Cyniczne, krytyczne i prześmiewcze komunikaty sprzyjające pseudologicznym uzasadnieniom agresywnych zachowań.

Źródło: Burroughs i James (2005, s. 132), James i McIntyre (2000, s. 7)

Mechanizmy usprawiedliwiania zostają włączone do rozumowania, kiedy ludzie wykorzystują leżące u ich podstaw założenia (przekonania i ideologie) w celu dokonania oceny, jakie zachowanie jest racjonalne i rozsądne. Założenia te, określane jako „ukryte teorie" (Wegner i Vallacher, 1977), obejmują długoterminowe, nieświadome i uznawane za słuszne przekonania, wyjaśnienia i poznawcze modele przyczynowe dotyczące konsekwencji zachowania. Ukryte teorie z włączonymi mechanizmami usprawiedliwiania zwykle pozostają niedostrzeżone przez rozumującego, definiują jednak, określają i wpływają na tok rozumowania, zwiększając wrażenie racjonalności agresywnego zachowania. Obejmują one możliwe do zidentyfikowania uprzedzenia (błędy rozumowania), wpływające na odbieraną logiczność preferencji behawioralnych. Nieświadome zastosowanie tych mechanizmów w ukrytych teoriach, uznawanych za racjonalne, jest głównym powodem, dlaczego zarówno osoby agresywne, jak i nieagresywne wierzą, że ich rozumowanie jest logiczne, pomimo że wybierają odmienne sposoby zachowania (James, 1998).

Podsumowując, agresywni ludzie spostrzegają siebie jako ofiary wyzysku, ucisku lub wrogości ze strony innych ludzi, a agresywne

zachowania traktują jako uzasadnione akty odwagi, odwetu lub samoobrony. Są nieświadomi wpływu, jaki miały mechanizmy usprawiedliwiania agresji na określanie i kształtowanie ich koncepcji oraz prowadzenie analiz. Dzięki temu przynajmniej niektóre przejawy agresji w życiu codziennym, w tym własne, wydają im się uzasadnione (James i McIntyre, 2000). Osobom nieagresywnym natomiast brakuje skłonności do ujmowania i analizowania sytuacji w taki sposób, żeby usprawiedliwiać nieproduktywne zachowania (James, 1998). Zwykle nie są nastawione na dostrzeganie wrogich zamiarów w działaniach innych ludzi, wybierają współpracę zamiast odwetu, a sytuacji społecznych nie spostrzegają przez pryzmat siły, oceniając osoby lub podmioty jako dominujące lub uległe w stosunku do siebie (James i Mazerolle, 2002). Osoby nieagresywne oceniają rozumowanie przyjmowane przez agresorów jako logiczne, ale nieprawdopodobne. Ich własne rozumowanie jest oparte na znacznie szerszym repertuarze poznawczym, obejmującym założenie, że dopóki nie zostanie udowodnione inaczej, motywy działania innych osób należy uznawać za godne zaufania i konstruktywne. Są więc skłonne pomijać rozumowanie oparte na mechanizmach usprawiedliwiania agresji na rzecz rozumowania opartego na bezstronnych, konstruktywnych i prospołecznych przekonaniach i wartościach (James, 1998). Nie angażują się w rywalizację ze swoimi nauczycielami lub przełożonymi o dominację, nie walczą ze swoimi rówieśnikami lub współpracownikami, nie wyrządzają szkód swoim pracodawcom, poprzez bierne lub świadomie destrukcyjne zachowania. Są nastawione sceptycznie i pełne wątpliwości wobec rozumowania opartego na racjonalizacji agresywnego zachowania (James, 1998; James i McIntyre, 2000; Wright i Mischel, 1987). Oczekują dodatkowych dowodów, zanim zgodzą się ze stwierdzeniem agresywnej osoby, że czyjeś zachowanie było spowodowane wrogimi intencjami, a konsekwentne dopatrywanie się ich w działaniach innych ludzi odbierają ostatecznie jako nużące. Jeżeli nie istnieją wyraźne dowody lub logika nie sugeruje inaczej, nie zgodzą się również z twierdzeniem, że zemsta i odwet są bardziej rozsądnymi odpowiedziami na niezgodę niż próby pogodzenia się i współpracy. Autorzy sugerują, że pomimo tego, że osoby nieagresywne mogą nie być w stanie odrzucić rozumowania opartego na mechanizmach usprawiedliwiania ze względu na jego logiczność, to wydaje im się ono zazwyczaj nieprawdopodobne, wątpliwe,

niekonwencjonalne, nierealne, prowokacyjne, ekstremalne, niekonstruktywne lub naciągane. Chociaż nie mogą tego ustalić z pewnością, rozumowanie oparte na mechanizmach usprawiedliwiania nie wydaje im się przekonujące i słusznie podejrzewają, że jest niewłaściwe (James i McIntyre, 2000). Osoby nieagresywne są otwarte na mniej ekstremalne, bardziej prawdopodobne, tradycyjne, prospołeczne i nieprowokacyjne alternatywy myślenia, stanowiące racjonalną, neutralną i sprawiedliwą przeciwwagę dla rozumowania usprawiedliwiającego agresję (James, 1998; James i McIntyre, 2000).

Rozumowanie nieagresywne można więc określić krótko jako racjonalne, rozumiane za twórcą Racjonalnej Terapii Zachowania (RTZ) Maultsbym (2013) jako oparte na faktach, a nie interpretacjach, i prowadzące do zdrowych zachowań, tzn. nieuległych i nieagresywnych.

Podsumowując, agresywni ludzie opierają się na mechanizmach usprawiedliwiania, które są ukrytymi uprzedzeniami, mającymi na celu racjonalizację agresji. Osoby nieagresywne mają tendencję do oceniania takiego rozumowania jako nielogicznego i nieprzekonującego. Przychylają się również do wniosku, że rozumowanie oparte na konwencjonalnych zasadach jest bardziej przekonujące niż rozumowanie oparte na mechanizmach usprawiedliwiania. Określanie zachowań agresywnych i wnioskowanie na temat ich zasadności może być zatem uznane za „warunkowe" w zależności od tego, czy osoba rozmyślająca na temat tych zachowań jest agresywna, czy nieagresywna. James (1998) zaproponował termin *rozumowanie warunkowe*, aby podkreślić jego zależność od osobowości osoby rozumującej.

Próba empirycznej oceny, czy mechanizmy usprawiedliwiania agresji odgrywają zasadniczą rolę w rozumowaniu, nie mogła się udać w ramach badania świadomych procesów poznawczych z użyciem samoopisów. Osoby badane nie są w stanie dokonać introspekcji i informować badacza o działaniu mechanizmów usprawiedliwiania (Burroughs i James, 2005; James, 1998; James i in., 2004). Zamiast tego konieczne okazało się zastosowanie metody pośredniej i taka została przez badaczy opracowana na podstawie teorii rozumowania warunkowego (Greenwald i Banaji, 1995; James, 1998). Miara pośrednia, skonstruowana przez autorów z wykorzystaniem rozumowania warunkowego, została opisana w podrozdziale 1.4.

1.3 Przegląd badań dotyczących agresji i agresywności

Badania dotyczące agresji i agresywności były prowadzone w dwóch nurtach. Pierwszy z nich wskazuje na sytuacyjne i środowiskowe uwarunkowania agresji, natomiast drugi koncentruje się na indywidualnych aspektach agresji (afektywnych, poznawczych, temperamentalnych i osobowościowych czynnikach skorelowanych z agresywnym zachowaniem), w tym na agresywności. Wśród indywidualnych aspektów uwarunkowania agresji w badaniach istotnymi czynnikami okazały się również wiek i płeć.

1.3.1 Sytuacyjne i środowiskowe uwarunkowania agresji

Koncepcję behawiorystyczną agresji, opartą na uczeniu się przez warunkowanie, potwierdziły badania amerykańskie na dzieciach. Walters i Brown (1963) wykazali, że fizycznie agresywne reakcje mogą zostać wyuczone w niefrustrujących warunkach, np. poprzez bezpośrednie wzmocnienia podczas zabawy, a następnie zostają przeniesione do sytuacji interpersonalnych. Autorzy podają przykład rodzica, który może wzmocnić u dziecka reakcję uderzania w bokserską piłkę treningową przez akceptację lub z użyciem innych środków. W ten sposób rodzic rozwija u dziecka nawyk potencjalnie związany z zadawaniem bólu, który może wystąpić w różnych sytuacjach bodźcowych, zwłaszcza tych, w których odpowiedź uderzeniem służy jako zachowanie instrumentalne, dostarczające dziecku jakiegoś rodzaju nagrody. W badaniach grupa 7-letnich chłopców mogła bawić się klownem (lalką Bobo, podobnie jak w eksperymencie Bandury). Za agresywne zachowanie wobec zabawki część chłopców była nagradzana za każdym razem, inna grupa za co szóste uderzenie w zabawkę, a trzecia grupa chłopców nie uzyskiwała nagrody wcale. W kolejnym etapie eksperymentu każda z trzech grup została losowo podzielona. Połowę chłopców z każdej grupy poddano frustracji, wyłączając oglądany film w ekscytującym momencie i odbierając słodycze, natomiast druga połowa mogła kontynuować przyjemności. Późniejsza obserwacja swobodnych interakcji między chłopcami podczas zabawy ujawniła, że większą agresję niż grupa niewzmacniania i wzmacniana w sposób ciągły wykazywali chłopcy nagradzani w sposób

nieciągły (według rozkładu o stałych proporcjach), co pozostaje spójne z teorią uczenia przez warunkowanie. W eksperymencie nie uzyskano istotnych różnic między nasileniem agresji a frustracją, co według autorów może być związane z poziomem wyuczenia reakcji agresywnej. Poziom agresji wzrasta i utrwala się, jeśli jest ona wzmacniana zarówno z wykorzystaniem nagród zewnętrznych (np. pieniądzy, pochwał lub zwycięstwa w rywalizacji), jak i wewnętrznych (np. wzrostu samooceny lub poczucia uzyskania kontroli nad sytuacją). Dotyczy to zarówno agresji instrumentalnej (obliczonej na zyskanie nagrody, np. władzy), jak i agresji wrogiej, nawet niepoprzedzonej frustracją (Bandura, 1973).

Bandura i współpracownicy przeprowadzili klasyczne badania dotyczące uczenia się zachowań agresywnych przez modelowanie. W pierwszym eksperymencie (Bandura, Ross i Ross, 1961) udział wzięło 36 chłopców i 36 dziewczynek w wieku od 3 do 6 lat. Połowa dzieci obserwowała dorosłą osobę (kobietę lub mężczyznę), która zachowywała się agresywnie wobec nadmuchiwanej lalki Bobo (m.in. bicie, uderzanie drewnianym młotkiem, kopanie, rzucanie, podrzucanie i upuszczanie). Natomiast druga grupa obserwowała modela powstrzymującego się od agresywnego zachowania. Każda z dwóch grup została dodatkowo podzielona zgodnie z kryterium płci: część dzieci oglądała zachowanie modela tej samej płci, a druga część – przeciwnej. Następnie dzieci zostały pozostawione same w pokoju z lalką. Okazało się, że te oglądające agresywne zachowanie modela istotnie częściej naśladowały go w zabawie z lalką Bobo, wykazując agresję fizyczną i słowną, niż dzieci z drugiej grupy. Ponadto chłopcy częściej naśladowali agresję fizyczną niż dziewczynki, natomiast w przypadku agresji werbalnej nie zaobserwowano różnic. Eksperyment Bandury wykazał także, że zachowanie dorosłego mężczyzny miało większy wpływ na wywołanie agresji u chłopców niż u dziewczynek, które natomiast częściej naśladowały dorosłą kobietę niż mężczyznę w przypadku agresji werbalnej.

W kolejnych badaniach Bandury i współpracowników (1963) wzięło udział 48 dziewczynek i 48 chłopców w wieku od 3 do 6 lat. Do poprzedniego eksperymentu dodano dwa warunki eksperymentalne: jedna grupa badanych obserwowała modela na żywo, tak jak miało to miejsce w poprzednim eksperymencie; druga grupa oglądała film z udziałem tego samego modela, zachowującego się agresywnie wobec

lalki, natomiast trzecia grupa oglądała film obrazujący agresywną wobec lalki postać z kreskówki. Część dzieci oglądała zachowanie modela tej samej płci, a druga część – przeciwnej. Następnie stworzono dzieciom możliwość zabawy tą samą lalką. Badania dowiodły, że ekspozycja na agresję w filmach zwiększa agresywność reakcji dzieci. Badani, którzy oglądali film z agresywnym dorosłym oraz postacią z kreskówki, wykazywali prawie dwa razy tyle agresji, co badani z grupy kontrolnej, nienarażonej na agresywne treści filmowe. Sfilmowane zachowanie agresywne nie tylko ułatwiło wyrażenie agresji, ale również wpłynęło na jej formę, która była wiernie naśladowana. Zachowanie zostało nabyte, pomimo że nie dostarczono wzmocnienia, ale w przewidywaniu, czy wyuczone zachowanie zostanie rzeczywiście podjęte w przyszłości, istotną rolę odgrywają spostrzegane konsekwencje zachowania. Im bardziej są one pozytywne dla modela, tym większe jest prawdopodobieństwo naśladowania go przez obserwatora.

W następnych badaniach dotyczących wzmocnień Bandura (1965) wykazał, że jeżeli zachowanie agresywne zostanie nagrodzone, to wzrośnie prawdopodobieństwo wystąpienia agresji u osoby naśladującej. Dzieci oglądały na nagraniu modela agresywnego wobec lalki Bobo, którego zachowanie było nagradzane (m.in. dostawał słodycze), karane (m.in. otrzymywał ustną naganę i grożono mu palcem) lub pozostawało bez konsekwencji. Następnie dzieci miały możliwość bawienia się różnymi zabawkami, m.in. lalką Bobo. Badani oglądający nagradzanego modela częściej przejawiali zachowania agresywne niż pozostałe grupy, natomiast ci z nich, którzy widzieli, że model został ukarany, zachowywali się agresywnie rzadziej niż pozostałe grupy. Wykazano również różnice płciowe: chłopcy w większym stopniu niż dziewczynki naśladowali zachowania agresywne prezentowane przez dorosłego mężczyznę.

W klasycznych badaniach Berkowitz i LePage (1967) wykazali znaczenie sygnałów wywoławczych jako zmiennych pośredniczących między frustracją a agresją, potwierdzając tzw. *efekt broni*, czyli podwyższenie poziomu agresji przez samą obecność przedmiotu kojarzonego z agresją. Im silniejsza jest frustracja, tym słabszy bodziec wystarczy do wywołania agresji. Późniejsze badania nad sygnałami wywoławczymi potwierdziły występowanie efektu broni, nawet podczas nieobecności pobudzenia związanego z frustracją (Wojciszke, 2015). Ważnym pośrednikiem jest również afekt negatywny w postaci gniewu. Frustracja prowadzi do

gniewu, jeśli wzbudza negatywne stany afektywne. Reakcja agresywna jest zatem uzależniona od gotowości emocjonalnej oraz od wystąpienia bodźca związanego z agresją, i jest tylko jedną z możliwych reakcji na stymulację awersyjną.

W kolejnych badaniach wyróżniono wiele czynników sytuacyjnych i środowiskowych sprzyjających agresji, takich jak: ból, frustracja, deprywacja relatywna, bezpośrednia prowokacja, pobudzenie fizyczne, spożycie alkoholu, wysoka temperatura, ubóstwo, przemoc w mediach, bodźce związane z agresją (np. broń), negatywne postawy rodzicielskie wobec wychowania (stosowanie przemocy i gróźb, nagradzanie agresywnych zachowań lub ich tolerowanie, zbyt surowe i niesprawiedliwe kary, emocjonalny chłód i brak akceptacji, nadopiekuńczość i całkowicie bezkrytyczny stosunek do dziecka, nadmierne wymagania i kontrola, brak nadzoru, ograniczenie wolności lub izolacja), ponadto konflikty rodzinne i rozwód rodziców (Aronson i in., 1997; Bandura, 1969, 1973; Berkowitz, 1989; Berkowitz i LePage, 1967; Bettencourt i in., 2006; Krahé, 2006; Tedeschi i Felson, 1994; Wolińska, 2003; Ziemska, 1977; Zillmann, 1979).

Jednocześnie stwierdzono istnienie szeregu czynników środowiskowych, które hamują agresję. Obejmują one wysoką jakość relacji rodzic–dziecko z obojgiem rodziców, polegającą na silnych więziach emocjonalnych między członkami rodziny, przejawiającą się między innymi w identyfikacji dziecka z rodzicami. Jakość tych relacji jest powiązana z odpowiednimi postawami rodzicielskimi: zapewnieniem poczucia bezpieczeństwa, akceptacją i współpracą, dawaniem odpowiedniego dla wieku dziecka zakresu wolności, uznawaniem praw dziecka jako członka rodziny i wzmacnianiem nieagresywnych i prospołecznych zachowań (Wolińska, 2003; Ziemska, 1977).

1.3.2 Indywidualne uwarunkowania agresji

Wśród czynników indywidualnych związanych z agresją można wyróżnić zarówno ułatwiające, jak i hamujące zachowania agresywne. Istnieje kilka konstruktów osobowościowych najczęściej wykorzystywanych do wyjaśniania różnic indywidualnych w agresji. Szczególnie przydatna do badań nad agresywnym zachowaniem okazała się pięcioczynnikowa

teoria osobowości (PTO) Costy i McCrae (1995; McCrae i Costa, 2005) oraz model agresji Jamesa i McIntyre'a (2000).

1.3.2.1 Zależność między agresją a osobowością

Naukowcy określili wiele afektywnych, poznawczych, temperamentalnych i osobowościowych czynników skorelowanych z agresywnym zachowaniem, takich jak: wrogość i wrogi styl atrybucji (interpretowanie czyichś działań jako szkodliwych, zamierzonych i złośliwych), impulsywność, pobudliwość, drażliwość, nadwrażliwość, niska samokontrola, skłonność do odczuwania negatywnych emocji, wysoka neurotyczność, niska ugodowość, wysoka niestabilna samoocena, skłonność do gniewu, potrzeba dominacji i kontroli, złożone i łatwo dostępne treści poznawcze związane z agresją, agresywne skrypty, pozytywne nastawienie wobec przemocy i proagresywne przekonania, skłonność do narcyzmu i ruminacji, a w przypadku młodzieży także słaba identyfikacja z rodzicami (Anderson i Bushman, 2002; Baumeister i Boden, 1998; Berkowitz, 1993; Bettencourt i in., 2006; Burks i in., 1999; Caprara, Barbaranelli i Zimbardo, 1996; Caprara, Perugii i Barbaranelli, 1994; Caprara, Regalia i Bandura, 2002; Costa i McCrae,1988; Dill i in., 1997; Huesmann, 1988, 1998; Huesmann i Eron, 1989; Krahé, 2006; Żygulski, 1998).

Wśród intrapersonalnych czynników hamujących agresję są, takie jak: samokontrola, adekwatna i stabilna samoocena, skłonność do interpretowania potencjalnie szkodliwych zachowań innych ludzi jako niezamierzone lub uzasadnione, odczuwanie strachu wobec obiektu potencjalnej agresji (ocenianego jako silniejszy i o wyższym statusie społecznym), a także przyjmowanie cudzej perspektywy (Baumeister i Boden, 1998; Berkowitz, 1989; Lindsay i Anderson, 2000; Miller i Eisenberg, 1988). Czynniki osobowości pozostają pod wpływem procesów socjalizacji i mają wpływ na zachowanie agresywne za pośrednictwem takich mechanizmów, jak procesy poznawcze, afekt negatywny, samoregulacja i przetwarzanie informacji społecznych (Bettencourt i in., 2006).

Istnieje kilka konstruktów osobowościowych najczęściej wykorzystywanych do wyjaśniania różnic indywidualnych w agresji. Są to: pobudliwość, wrogi styl atrybucji i samokontrola (Krahé, 2006).

Pobudliwość jest to nawykowa skłonność do reagowania w sposób impulsywny, zaczepny lub nieuprzejmy na najmniejszą prowokację

lub niezgodę (Caprara i in., 1994). U osób pobudliwych stwierdza się, w wyniku badań przeprowadzonych z wykorzystaniem *Skali pobudliwości* Caprary (Caprara i in., 1985), podwyższony poziom agresji w porównaniu z osobami niepobudliwymi. Pobudliwość różnicowała osoby badane również pod względem zachowania agresywnego w reakcji na kontakt z agresywnymi sygnałami (Caprara i in., 1994). Odpowiednikiem tak zdefiniowanej pobudliwości wydaje się połączenie dwóch składników Neurotyczności: wysokiej Impulsywności i Agresywnej wrogości oraz niskiego wyniku w czynniku Ugodowość, a szczególnie jednego z jego składników – Ustępliwości. Neurotyczność definiowana jest w pięcioczynnikowej teorii osobowości Costy i McCrae jako tendencja do doświadczania niemiłych i niepokojących emocji oraz niepokoju w myślach i działaniu. Agresywna wrogość określana jest jako tendencja do doświadczania gniewu, złości, frustracji i rozgoryczenia, a Impulsywność jako niska tolerancja na frustrację oraz niezdolność do kontrolowania pragnień i potrzeb. Niska Ugodowość to przede wszystkim gotowość do walki i skłonności antyspołeczne, natomiast niska Ustępliwość to niezdolność do hamowania agresji i konkurowanie z innymi (Siuta, 2006). Caprara i współpracownicy (1996) określają Ugodowość jako przyjacielskość i przeciwstawiają wrogości.

Kolejny czynnik, wrogi styl atrybucji, polega na nawykowej skłonności do interpretowania bodźców wieloznacznych w kategoriach wrogości i agresji (Burks i in., 1999; Dill i in., 1997). Jest to dyspozycja poznawcza, która może współwystępować ze skłonnością do agresji afektywnej i sprzyjać agresywnemu zachowaniu. Za jej odpowiednik w *NEO-PI-R* można przyjąć niskie Zaufanie oraz niską Prostolinijność, a więc składniki Ugodowości.

Samokontrola natomiast odnosi się do wewnętrznych hamulców, które mają za zadanie przeciwdziałać wyzwalaniu skłonności do agresywnych reakcji. Według Baumeistera i Bodena (1998) ogólny problem z samokontrolą leży u podłoża agresywnego zachowania. Niską samokontrolę można utożsamiać z wysoką Impulsywnością (składnik Neurotyczności) i niską Ustępliwością (składnik Ugodowości) w *NEO-PI-R*.

Porównując ze sobą pobudliwość oraz impulsywność i agresywną wrogość w niniejszej publikacji, odnoszono się do opisów tych cech, nie rozstrzygając o ich pochodzeniu: wrodzonym lub nabytym. Bez wrodzonych predyspozycji temperamentalnych, takich jak wysoka reaktywność

emocjonalna, według Zawadzkiego i Strelaua (1997), lub emocjonalność negatywna w koncepcji Bussa i Plomina (1984), nabywanie zachowań agresywnych byłoby utrudnione lub niemożliwe. Pobudliwe dziecko łatwiej uczy się agresji, wzmacniając tym samym cechę agresywności i rozwijając repertuar sposobów agresywnego zachowania. Podobnie wroga postawa wobec innych, czyli przecenianie wrogich intencji innych ludzi i odczuwanie urazy, będzie łatwiej nabywana w procesie socjalizacji na bazie wysokiej agresywności jako cechy. Dlatego wrogość często uznaje się za predyktor agresywności (Orobio de Castro, Veerman, Koops, Bosch i Monshouwer, 2002). Natomiast status impulsywności nie jest jasny. Niegdyś była włączana do cech temperamentalnych obok emocjonalności, aktywności i towarzyskości przez Bussa i Plomina (1984) w genetycznej teorii temperamentu, lecz wyniki analizy czynnikowej wskazały na konieczność uznania jej za cechę niejednorodną. Ponadto nie udało się jednoznacznie ustalić jej wskaźników odziedziczalności, a także cecha ta nie pojawia się wcześnie w rozwoju. Autorzy twierdzą natomiast, że impulsywność nadal może być uznawana za cechę temperamentalną w mniej restrykcyjnej koncepcji temperamentu niż przyjęta przez badaczy. Nawykowa skłonność jako cecha, taka jak gotowość do agresji, wynika więc z jednej strony z uwarunkowań biologicznych, jak pobudliwy temperament, natomiast z drugiej strony z doświadczeń utrwalających nawyk agresywnego reagowania.

Interesująca jest również różnica w postawie wobec agresji osób o różnym poziomie agresywności. Osoby wykazujące wysoki poziom agresywności uznają agresję za uprawnioną formę zachowania, a to przekonanie jest częścią ich agresywnego skryptu (Erdley i Asher, 1998). Kolejną cechą osób agresywnych jest skłonność do dostrzegania wrogich intencji innych osób (Burks i in., 1999) oraz nawykowa skłonność do interpretowania bodźców wieloznacznych w kategoriach wrogości i agresji. Skłonność ta, która kształtuje percepcję społeczną osób agresywnych, określana jest jako wrogi styl atrybucji (Burks i in., 1999; Dill i in., 1997). Przeciwieństwem dyspozycji poznawczej do wrogości jest przyjmowanie perspektywy. Wiąże się ono z hamowaniem reakcji agresywnych przez zdolność podmiotu do nieegocentrycznej orientacji na punkt widzenia innej osoby (Richardson, Green i Lago, 1998; Richardson, Hammock, Smith, Gardner i Signo, 1994; Miller i Eisenberg, 1988). W związku z tym osoby o niskiej agresywności starają się zrozumieć

przyczyny zachowania innej osoby, nie oceniając z góry jej intencji jako złych. Natomiast osoby o wysokiej agresywności mają skłonność do dostrzegania zła nawet tam, gdzie go nie ma, lub o większym natężeniu, niż jest w rzeczywistości, jednocześnie traktując pobłażliwie własne rzeczywiste akty agresji (Dankiewicz, 2012). Podobnie osoby o zawyżonej i niestabilnej samoocenie odbierają każdą krytykę, nawet konstruktywną, jako zagrożenie poczucia własnej wartości. Negatywna informacja zwrotna traktowana jest przez nie jako nieuzasadniony atak na ich osobę, a jej autorowi przypisywane są złe intencje (Baumeister i Boden, 1998).

W metaanalizie dotyczącej osobowości oraz agresji Bettencourt i współpracownicy (2006) wykazali, że model pięcioczynnikowy (PMO) jest przydatny do badań nad agresywnym zachowaniem. W PMO osobowość rozumiana jest jako zespół względnie stałych cech, wyodrębnionych na podstawie analizy czynnikowej. Koncepcja ta powstała pod wpływem wyników badań leksykalnych, mających na celu znalezienie różnic indywidualnych w języku naturalnym. Grupowanie przymiotników w kategorie zaowocowało wyodrębnieniem pięciu czynników osobowości, które w pięcioczynnikowej teorii osobowości (PTO) Costy i McCrae (Siuta, 2006) przyjęły nazwy: Neurotyczność (N), Ekstrawertyczność (E), Otwartość na doświadczenie (O), Ugodowość (U) i Sumienność (S). Cechy są definiowane jako „wymiary różnic indywidualnych pod względem tendencji do wykazywania spójnych wzorców w zakresie myślenia, uczuć i działań" (McCrae i Costa, 2005, s. 40). Definiując pojęcie cechy, autorzy koncepcji zwracają uwagę na konieczność odróżnienia cech od nawyków, czyli powtarzających się mechanicznych zachowań, takich jak: palenie, szybka jazda samochodem lub powtarzanie słowa „wiesz" po każdym zdaniu. Cecha jest określeniem szerszym, uogólnioną dyspozycją, która znajduje wyraz w różnorodnych, określonych działaniach. Nawyki polegają na bezmyślnym powtarzaniu wcześniejszego zachowania, cechy natomiast przypominają motywy, prowadząc często do pojawienia się zupełnie nowych zachowań, poprzedzonych czasami dłuższym namysłem i planowaniem. Należy również odróżnić cechy od krótkotrwałych nastrojów wywołanych sytuacyjnie. Na cechy wskazują spójne wzorce zachowania, obserwowalne w czasie oraz w różnych sytuacjach. Jeśli emocja, postawa lub styl zachowania utrzymuje się bez względu na

zmiany i okoliczności, można wnioskować o działaniu cechy (McCrae i Costa, 2005).

Gdyby nawyk agresywnego zachowania traktować jako reakcję mechaniczną, zgodnie z podejściem McCrae i Costy (2005), trzeba by rozumieć go jako wyuczenie się wykorzystywania pewnej formy agresji, niezależnie od intencji sprawcy. Agresja interpersonalna jest jednak z definicji zachowaniem intencjonalnym, celem zachowania może być zaszkodzenie drugiej osobie (tak jak w przypadku agresji wrogiej) lub inny cel (w przypadku agresji instrumentalnej). Nie jest to mechaniczny nawyk również dlatego, ponieważ powstał w wyniku warunkowania sprawczego lub modelowania. To oznacza, że osoba agresywna uczy się konsekwencji swoich lub cudzych zachowań, więc gdy doświadcza pewnych korzyści z agresji lub obserwuje pozytywne skutki agresywnych zachowań u innych, powoduje to utrwalenie się u niej agresywnego nawyku. Nie jest to więc automatyczna reakcja, ponieważ zawiera w sobie element motywacji do takiego odczuwania, myślenia lub zachowania. Ponadto Ledzińska (2004) odróżnia nieświadome naśladownictwo od świadomego modelowania, kiedy człowiek utożsamia się z jakąś osobą znaczącą.

W pięcioczynnikowej teorii osobowości cechy NEOUS należą do jednego z trzech centralnych komponentów systemu osobowości, nazwanego przez autorów *podstawowymi tendencjami*. Mają one podstawy biologiczne, dlatego są względnie stałe. Według McCrae i Costy (2005) cechy mają zasadniczo charakter dziedziczny, rozwijają się od okresu dzieciństwa do dorosłości, kiedy osiągają postać dojrzałą. Następnie u osób bez zaburzeń psychicznych utrzymują się na stałym poziomie. Z przeprowadzonych przez autorów badań wynika, że do pełnego rozwoju cech osobowości dochodzi około 30. roku życia.

Wszystkie wyuczone umiejętności, nawyki, zainteresowania, dążenia, postawy, przekonania oraz zinternalizowane aspekty ról i relacji nabyte w wyniku interakcji z otoczeniem, uwarunkowane kulturowo, zostały nazwane *charakterystycznymi przystosowaniami*. Odzwierciedlają one funkcjonowanie trwałych cech osobowości i są kształtowane w reakcji na wymogi i możliwości oferowane przez otoczenie. Jest to drugi centralny komponent systemu, który może podlegać zmianie.

Trzecim komponentem jest obraz siebie, składający się ze schematów Ja, czyli poznawczo-afektywnych poglądów na temat własnej osoby

dostępnych świadomości oraz z mitów osobistych. Jest on w zasadzie zawarty w charakterystycznych przystosowaniach, ale został potraktowany jako odrębny komponent ze względu na swoją wagę i znaczenie dla psychologów. Do komponentów peryferyjnych, pozostających na zewnątrz osobowości, zaliczone zostały: podstawy biologiczne i wpływy zewnętrzne, reprezentujące interakcje zachodzące pomiędzy osobowością, organizmem i środowiskiem, oraz biografia obiektywna, czyli to, co dana osoba robi w każdej chwili, jej zachowanie, będące wynikiem interakcji charakterystycznych przystosowań i wpływów zewnętrznych (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Według autorów teorii, model pięcioczynnikowy jest wyczerpującym modelem cech osobowości, obejmującym wszystkie cechy, które posiadają swoje nazwy w języku potocznym oraz w teoriach naukowych. W obrębie każdego z czynników wyszczególniono po sześć składników, wybranych spośród wielu cech, które wydawały się obejmować najważniejsze różnice między ludźmi. Wszystkie cechy wyodrębnione przez autorów występują w różnym stopniu u wszystkich ludzi, a ich rozkłady zbliżone są do krzywej normalnej (Costa i McCrae, 1995; McCrae i Costa, 2005).

Do pomiaru wyodrębnionych przez siebie czynników autorzy stworzyli *Inwentarz osobowości NEO*, który po wprowadzeniu modyfikacji przyjął nazwę *NEO-PI-R* (*Zmodyfikowany inwentarz osobowości NEO*). Składa się on z 30 podskal odpowiadających czynnikom pierwszego rzędu, po sześć na każdy z pięciu czynników drugiego rzędu (Siuta, 2006). Każdy z czynników interpretowany jest dwubiegunowo ze względu na wysokość wyniku: czynnik N jako duża neurotyczność/ zrównoważenie emocjonalne, czynnik E – ekstrawertyczność/ introwertyczność, czynnik O – duża otwartość na doświadczenie/ mała otwartość na doświadczenie, czynnik U – duża ugodowość/ mała ugodowość oraz czynnik S jako duża sumienność/ mała sumienność (Strelau, 2004). O poziomie danej cechy wnioskuje się na podstawie częstotliwości i intensywności związanych z nią działań i uczuć. Im bardziej dana cecha charakteryzuje badaną osobę, tym intensywniej działa ona i reaguje w odpowiednich sytuacjach. Tym większe jest również prawdopodobieństwo, że osoba ta przejawi dane zachowanie i częściej będzie można je obserwować (McCrae i Costa, 2005).

Neurotyczność jest związana ze skłonnością danej osoby do doświadczania emocji negatywnych, takich jak lęk, smutek, złość, poczucie winy

lub wstręt oraz niepokoju w myślach i działaniu. Natężenie tej cechy pozwala na odróżnienie osób przystosowanych i stabilnych emocjonalnie od osób, które są nieprzystosowane i emocjonalne niezrównoważone. Osoba wysoko neurotyczna jest nerwowa, pozbawiona poczucia bezpieczeństwa, słabo kontroluje swoje impulsy i często się zamartwia. Gorzej niż inni radzi sobie ze stresem, wykazuje niskie poczucie własnej wartości, ma skłonności hipochondryczne i tendencję do akceptowania irracjonalnych idei. Ponadto przejmuje się opiniami innych na swój temat, jest defensywna i powściągliwa oraz pragnie opieki. Osoba nisko neurotyczna jest emocjonalnie stabilna, spokojna, zrównoważona, zrelaksowana, zadowolona z siebie i ma poczucie bezpieczeństwa (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Wymiar ekstrawertyczności dotyczy różnic w preferowaniu interakcji społecznych i działania wymagającego energii. Od natężenia tej cechy zależy poziom zaangażowania w kontakty z ludźmi i ekspresji w zachowaniu. Ekstrawertyk to osoba towarzyska, lubiąca ludzi, aktywna, asertywna, rozmowna, chętna do zabawy, pogodna, poszukująca wrażeń, optymistyczna, pełna energii, śmiała w kontaktach interpersonalnych, z tendencją do dominacji. Ekstrawertyk potrzebuje kontaktów społecznych, uwagi i zabawy. Introwertyk natomiast zachowuje się raczej z rezerwą, jest niezależny, systematyczny i dokładny w pracy, woli być sam, ale nie z powodu odczuwania lęku przed kontaktami społecznymi. Chociaż introwertycy nie są tak energiczni, jak ekstrawertycy, to jednak nie oznacza, że są pesymistami i czują się nieszczęśliwi. Nie są także nieprzyjaźni, ulegli, powolni, nieśmiali czy lękliwi (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Otwartość na doświadczenie wiąże się z kolei z wyobraźnią, uczuciami i ideami, nie powinna być natomiast mylona z inteligencją lub chęcią ujawniania swoich uczuć. Osoba otwarta na doświadczenie jest ciekawa siebie i świata, doświadcza intensywnych emocji (zarówno pozytywnych, jak i negatywnych), ma bujną wyobraźnię, myśli niekonwencjonalnie i kreatywnie. Poszukuje nowych doświadczeń dla samego ich doznawania, kwestionuje autorytety i jest gotowa do przyjmowania nowych idei, nie oznacza to jednak bycia pozbawionym zasad. Ceni różnorodność, stymulację intelektualną i doświadczenie estetyczne, lubi też ryzyko. Osoba zamknięta na doświadczenie jest konserwatywna i konwencjonalna, co nie oznacza wrogiej nietolerancji czy autorytarnej

agresji. Preferuje to, co znane, praktyczne i konkretne, nie jest także zainteresowana doświadczeniem samym w sobie, w związku z czym ma węższe horyzonty i płytsze zainteresowania (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Ugodowość oznacza gotowość do zachowań prospołecznych. Ujawnia się w bezinteresownej trosce o innych, w zaufaniu i hojności. Osoba ugodowa lubi altruistycznie pomagać innym, jest życzliwa, skłonna do współpracy, skromna i skłonna do usuwania się w cień. Ponadto jest prostolinijna, potulna, ufna i sympatyczna. Niski poziom ugodowości (antagonizm) wykazują ludzie bezkompromisowi, nieustępliwi, często bezlitośni, nastawieni realistycznie, apodyktyczni i kłótliwi, konfliktowi, egocentryczni, sceptyczni, krytyczni i rywalizujący. Mają skłonność do manipulowania innymi, niechętnie podejmują współpracę, są wulgarni, podejrzliwi i oschli (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Sumienność jest wymiarem różnic indywidualnych dotyczącym poziomu organizacji i osiągnięć. Charakteryzuje ludzi pracowitych, czasem nawet pracoholików, którzy są bardzo obowiązkowi i zdyscyplinowani, potrafią też być nadmiernie skrupulatni i kompulsywnie dbają o porządek. Cenią zorganizowanie, dokonania, są punktualni, rzetelni, pracowici, ambitni, wytrwali i ostrożni oraz działają w sposób przemyślany. Mają zdolność opierania się impulsom i pokusom, a samokontrola ta dotyczy również procesu planowania, organizowania i wykonywania zadań. Osoba o wysokiej sumienności ma silną wolę osiągnięć, wyznaczone cele i dużą determinację, by je zrealizować. Osoba cechująca się niską sumiennością jest natomiast bardziej wyrozumiała i niefrasobliwa oraz mniej wymagająca wobec siebie i innych. Jest też mniej wytrwała w osiąganiu celów i mniej godna zaufania, leniwa, nieuważna, mniej staranna w przestrzeganiu zasad, a także bardziej hedonistyczna i zainteresowana seksualnością (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Każdy z czynników NEOUS zawiera w sobie po sześć składników, uwzględniających szczegóły dotyczące cech osobowości. I tak na wymiar Neurotyczności składają się: Lęk (skłonność do przeżywania niepokoju, przejmowania się), Agresywna wrogość (tendencja do przeżywania gniewu, złości, frustracji i rozgoryczenia), Depresyjność (skłonność do przeżywania smutku), Nadmierny samokrytycyzm (skłonność do przeżywania wstydu), Impulsywność (skłonność do ulegania pokusom)

i Nadwrażliwość (niezdolność do właściwego radzenia sobie ze stresem) (McCrae i Costa, 2005). Lęk i Agresywna wrogość są dyspozycyjnymi formami dwóch podstawowych stanów emocjonalnych: strachu i złości. Osoby o wysokim poziomie natężenia lęku doświadczają tej emocji często i intensywnie w różnych sytuacjach. Są bardzo nerwowe i spięte, skłonne do zamartwiania się, rozmyślają o mogących je spotkać niepowodzeniach. Osoby wrogo usposobione wykazują natomiast tendencję do częstego i intensywnego przeżywania złości, bywają rozdrażnione, łatwo wpadają w gniew i mogą okazać się trudne we współżyciu. Podstawą Depresyjności i Nadmiernego samokrytycyzmu są emocje smutku i poczucia wstydu. Depresyjność jako cecha jest skłonnością do przeżywania smutku, beznadziejności i osamotnienia, przy jednoczesnym poczuciu winy i własnej niskiej wartości. Osoby nadmiernie samokrytyczne, ze względu na poczucie bycia gorszymi od innych, są bardziej podatne na odczuwanie wstydu lub zażenowania oraz szczególnie wrażliwe na wyśmiewanie i dokuczanie. Nadmierny samokrytycyzm określa się też mianem nieśmiałości, chociaż osoby nadmiernie samokrytycznie niekoniecznie unikają ludzi, jak to ma zazwyczaj miejsce u osób nieśmiałych (McCrae i Costa, 2005). Kolejne dwa składniki Neurotyczności częściej objawiają się w zachowaniu niż w stanach emocjonalnych. Impulsywność to skłonność do ulegania pokusom i poddawania się pragnieniom. Częstymi zachowaniami podejmowanymi przez osoby z wysoką impulsywnością są: przejadanie się, wydawanie za dużo pieniędzy, stosowanie używek i uprawianie hazardu. Wynika to z niewielkiej samokontroli osób impulsywnych lub też z powodu doświadczania zbyt silnego pragnienia. Nadwrażliwość, czyli niezdolność do właściwego radzenia sobie ze stresem, wiąże się ze skłonnością do ulegania panice, załamywania się i uzależniania od pomocy innych (McCrae i Costa, 2005).

Do składników Ekstrawertyczności należą trzy cechy interpersonalne: Serdeczność (przywiązanie i zaangażowany styl osobistej interakcji), Towarzyskość (pragnienie bycia z innymi ludźmi), Asertywność (naturalne przywództwo) oraz trzy temperamentalne: Aktywność (energiczne działanie), Poszukiwanie doznań (potrzeba stymulacji) i Emocje pozytywne (doświadczanie pozytywnych emocji) (McCrae i Costa, 2005). Serdeczność odnosi się do przyjaznego, szczerego i zaangażowanego stylu relacji z innymi. Osoby o niskim poziomie Serdeczności są najczęściej zimne,

oficjalne, bezosobowe i słabo przywiązane do innych ludzi. Serdeczność oraz Towarzyskość mają związek z uspołecznieniem, objawiającym się poszukiwaniem dużej ilości stymulacji społecznej. Trzecim składnikiem Ekstrawertyczności jest Asertywność. Osoby asertywne są naturalnymi przywódcami, samodzielnymi w podejmowaniu decyzji i w działaniu oraz chętnie wyrażającymi swoje uczucia i pragnienia. Aktywność, cecha temperamentalna, przejawia się potrzebą energicznego działania i bycia stale zajętym, siłą ekspresji, szybkim sposobem mówienia oraz preferowaniem stymulujących środowisk, zapewniających silne doznania. Zaspokojenie tych potrzeb osób aktywnych skutkuje doświadczaniem pozytywnych emocji, takich jak radość, zachwyt czy zapał. Poczucie szczęścia i tworzenie wokół siebie miłej atmosfery sprzyjają pozytywnym relacjom z innymi, a nawet zyskiwaniu roli przywódcy w grupie (McCrae i Costa, 2005).

Na wymiar Otwartości składają się kolejno: Wyobraźnia (skłonność do marzeń), Estetyka (wrażliwość na sztukę i piękno), Uczucia (cenienie doświadczeń samych w sobie), Działania (preferowanie nowości i zmienności oraz elastyczność), Idee (cenienie wiedzy dla niej samej) oraz Wartości (relatywizm i liberalny stosunek do wartości) (McCrae i Costa, 2005). Najlepszym przykładem otwartości jest doświadczenie estetyczne, ponieważ jest czystym doświadczeniem dla niego samego, a to właśnie decyduje o poczuciu sensu życia u osób otwartych. Preferowanie działalności artystycznej szczególnie charakteryzuje osoby otwarte, co wiadomo z badań nad zainteresowaniami zawodowymi (Costa, McCrae i Holland, 1984). Otwartość na działania przejawia się w entuzjazmie dla próbowania nowych potraw, oglądania nowych filmów, poznawania niezwykłych ludzi lub podróżowania do obcych krajów. Osoby otwarte na idee i wartości są ciekawe świata i cenią wiedzę dla niej samej, wykazując liberalny stosunek do wartości. Prawdopodobnie jest to związane z umiejętnością przyjęcia wielu perspektyw, braniem pod uwagę różnych możliwości oraz umiejętnością utożsamiania się z innymi. Osoby otwarte cechuje również relatywizm, czyli przyjmowanie, że nic nie jest jednoznacznie właściwe lub niewłaściwe, tylko zależne od osoby i sytuacji (McCrae i Costa, 2005).

Ugodowość określana jest przez następujące elementy: Zaufanie (brak podejrzliwości), Prostolinijność (szczerość), Altruizm (bezinteresowność), Ustępliwość (potulność i życzliwość), Skromność (pokora

w ocenie własnej osoby) oraz Skłonność do rozczulania się (sentymentalność). Osoby ugodowe są ufne, przekonane, że innymi osobami kierują dobre intencje oraz szczerość w kontaktach. Są godne zaufania, odznaczają się szczerością i prostolinijnością, zachowują się taktownie i pragną bezinteresownie nieść pomoc innym. Nie dążą do realizacji swoich celów w sposób agresywny, są raczej potulne, ustępliwe i zdane na innych. Cechują się pokorą i skromnością w ocenie własnych zdolności i znaczenia, odwrotnie niż osoby uzyskujące niskie wyniki w zakresie Ustępliwości, które można uznać za narcystyczne. Skłonność do rozczulania się i sentymentalność owocują łatwym uleganiem wobec próśb organizacji charytatywnych i ogólną gotowością do wspierania słusznych spraw (McCrae i Costa, 2005).

Sumienność natomiast jest ukazywana jako: Kompetencja (racjonalność i ogólne zorientowanie), Skłonność do porządku (dobre zorganizowanie w czasie i przestrzeni), Obowiązkowość (przestrzeganie zasad etycznych), Dążenie do osiągnięć (skłonność do perfekcji i ambicja), Samodyscyplina (zdolność do rozpoczynania i kończenia postawionych sobie zadań) oraz Rozwaga (planowanie i refleksja). Osoby sumienne są sprawnymi i efektywnymi pracownikami, wytrwale dążącymi do osiągnięcia celu, w czym pomocna jest ich skłonność do perfekcji i zdyscyplinowanie. Są rozsądne, planują wcześniej i zastanawiają się, zanim podejmą działanie. Ich życie jest w dużym stopniu podporządkowane obranym celom (McCrae i Costa, 2005).

Pięć podstawowych czynników charakteryzuje niezależność, a więc osoba bardzo neurotyczna może być równie prawdopodobnie introwertyczna co ekstrawertyczna, zamknięta na doświadczenie lub otwarta (McCrae i Costa, 2005).

Pomimo krytyki modelu pięcioczynnikowego, dotyczącej głównie metody wyodrębniania czynników, ich liczby, braku teoretycznej definicji osobowości, nieuwzględniania wpływu czynników środowiskowych na osobowość czy braku ujmowania dynamizmu osobowości i zmienności ludzkich zachowań, koncepcja Costy i McCrae należy aktualnie do najpopularniejszych w psychologii osobowości (Strelau, 2004).

W badaniach wykazano, że dwa czynniki, Neurotyczność i Ugodowość, mają szczególne znaczenie dla zrozumienia agresywnego zachowania (Bettencourt i in., 2006). Osoby o wysokiej Neurotyczności mają tendencję do doświadczania silniejszego stresu psychologicznego

i negatywnego afektu, do bycia bardziej wrogimi, depresyjnymi, nieśmiałymi i impulsywnymi, do odczuwania silniejszego lęku i gniewu. Osoby te mają nieefektywne mechanizmy radzenia sobie i są bardziej skłonne do irracjonalnych myśli i zachowań. Osoby o niskiej Ugodowości mają tendencję do bycia wrogimi i drażliwymi, nie ufają innym, działają w sposób lekceważący lub wykluczający ludzi, których nie lubią. Mają także potrzebę atakowania lub karania innych, a ich ekspresja emocjonalna i przywiązanie do innych jest niewielkie. Na podstawie wysokich wyników Neurotyczności można przewidzieć agresywność w odpowiedzi na prowokację, natomiast niskie wyniki Ugodowości wiążą się ze skłonnością do agresywnych zachowań, zarówno w prowokujących, jak i neutralnych sytuacjach.

Wysoka Neurotyczność jest związana z używaniem fizycznej i emocjonalnej agresji u mężczyzn (Barnes, Greenwood i Sommer, 1991) oraz z fizyczną agresją u kobiet (Sommer, Barnes i Murray, 1992). Hines i Saudino (2008) wykazali w badaniach, że wysoka Neurotyczność jest związana ze stosowaniem psychicznej agresji u obu płci. Podobnie wysokie wyniki na skali Emocjonalności negatywnej w *Multidimensional Personality Questionnaire* (MPQ) Tellegena (odpowiednik Neurotyczności w *NEO-PI-R*) pozwalają przewidywać przejawianie fizycznej agresji w związku partnerskim u obojga płci (Robins, Caspi i Moffitt, 2002).

Powyższe badania dotyczyły dwóch z pięciu czynników pięcioczynnikowego modelu osobowości (PMO). Badania obejmujące wszystkie pięć czynników przeprowadzili Costa i McCrae (1988), wykazując, że osoby agresywne odznaczają się wysoką Neurotycznością i niską Ugodowością. Podobnie w badaniach Bussa (1991) mężczyźni, którzy osiągnęli niskie wyniki w czynnikach Ugodowość i Otwartość na doświadczenie oraz wysokie w czynniku Neurotyczność, byli skłonni do przemocy fizycznej i słownej. Według Millera, Lynam i Leukefeld (2003), wysoka Neurotyczność, a w szczególności jej składnik – Agresywna wrogość, obok niskiej Ugodowości (szczególnie Prostolinijność i Ustępliwość) i niskiej Sumienności (głównie Rozwaga), jest czynnikiem kluczowym w wyjaśnianiu osobowościowych przyczyn agresji, definiowanej przez nich jako zachowanie antyspołeczne.

W badaniach laboratoryjnych przeprowadzonych przy użyciu inwentarza PEN Eysencka (*Extraversion, Neuroticism, and Psychoticism Inventory*) również stwierdzono, że natężenie czynności agresywnych jest

pozytywnie skorelowane z poziomem neurotyzmu (Frączek i Ciarkowska, 1974). Podobne wyniki uzyskał Edmunds (1977) w wyniku badania z użyciem PEN Eysencka oraz *Skali agresji* Bussa i Durkee: neurotyzm korelował silnie u obu płci z agresją pośrednią i drażliwością oraz z agresją słowną u mężczyzn.

Niejednoznaczny jest związek agresji z Ekstrawertycznością, większość badań przemawia jednak za istnieniem między nimi korelacji pozytywnej. W badaniach Robinsa i współpracowników (2002) osoby agresywne fizycznie uzyskiwały niskie wyniki w skali Emocjonalności pozytywnej w MPQ Tellegena (odpowiednik Ekstrawertyczności), natomiast w badaniach Bussa (1991) skłonne do przemocy fizycznej i słownej w związkach partnerskich były kobiety o wysokich wynikach w wymiarze Ekstrawertyczości. Podobne wyniki uzyskali Hines i Saudino (2008): wysoka Ekstrawertyczność u kobiet wiązała się z przejawianiem psychologicznej agresji, a także Edmunds (1977), który ustalił, że Ekstrawertyczność jest pozytywnie skorelowana z agresją fizyczną u mężczyzn oraz z agresją fizyczną, pośrednią, słowną i drażliwością u kobiet. Natomiast niska Ugodowość oraz wysoka Sumienność i cechy związane z tymi czynnikami, takie jak kontrola gniewu i innych negatywnych emocji we frustrujących, konfliktowych sytuacjach (Ustępliwość, składnik Ugodowości) oraz rzetelność, rozwaga i opanowanie wraz z silną potrzebą osiągnięć (Sumienność), sprzyjają występowaniu u kobiet agresji psychicznej wobec partnera. Wysoka Sumienność przyczynia się do występowania agresywnych zachowań, prawdopodobnie z powodu wysokiej potrzeby kontroli i władzy, która występuje u sumiennych kobiet (Hines i Saudino, 2008). Według Bettencourt i innych (2006), dotyczy to również agresji fizycznej.

1.3.2.2 Zależność między agresją a wiekiem i płcią

Według McCrae i Costy (2008), co prawda po 30. roku życia zachodzą ciągłe zmiany we wszystkich pięciu czynnikach, są one jednak stopniowe. Człowiek, który jako trzydziestolatek był ekstrawertykiem pozostanie nim nadal w wieku 70 lat, ale już nie tak aktywnym i skłonnym do ekscytacji, za to bardziej serdecznym. Badacze używają odnośnie do osobowości określenia „stosunkowo stabilna u większości ludzi" bez względu na ich narodowość. Wszędzie na świecie starsi dorośli mają

niższą Neurotyczność, Ekstrawertyczność i Otwartość na doświadczenie oraz wyższą Ugodowość i Sumienność niż młodsi dorośli, a ci z kolei – niż nastolatki, chociaż różnice między tymi grupami wiekowymi są niewielkie. Proces ten – spadek Neurotyczności, Ekstrawertyczności i Otwartości na doświadczenie, a wzrost Ugodowości i Sumienności – który część badaczy utożsamia z dojrzewaniem osobowości, prawdopodobnie zaczyna się już w adolescencji (Costa i McCrae, 2009). Stabilność cech stopniowo zwiększa się co najmniej do 30. roku życia, co przypisuje się gromadzeniu doświadczeń życiowych oraz zmieniającym się oddziaływaniom endogennym (McCrae i in., 2000). Do przyczyn stałości osobowości autorzy zaliczają czynniki dziedziczne (temperament), selekcjonowanie i kształtowanie sytuacji przez daną osobę oraz stereotypowe reakcje innych, potwierdzające posiadany obraz samego siebie (McCrae i Costa, 2005).

Według niektórych badaczy agresywność niepoddawana jakiejkolwiek interwencji jest stosunkowo trwała w czasie (prawie tak stabilna jak inteligencja) (Laub i Lauritsen, 1995; Olweus, 1979; Zumkley, 1994), istnieją jednak dane wskazujące, że następuje stały spadek poziomu agresji wraz z wiekiem. Badacze różnią się pod względem podawanego początku tej zmiany, wcześniej może ona nastąpić w przypadku agresji fizycznej – już w okresie dojrzewania, lecz często zdarza się, że młodzież chwilowo przestaje wykazywać zachowania agresywne, aby powrócić do nich w późniejszym czasie. Najczęściej spadek poziomu agresji rozpoczyna się po okresie wczesnej dorosłości (Loeber i Stouthamer-Loeber, 1998), przy czym krańcowo wysoka i niska agresywność mają największą stabilność (Loeber i Hay, 1997). Pokrywa się to z badaniami wskazującymi na to, że z wiekiem lekko wzrasta Ugodowość i Sumienność, natomiast maleje Neurotyczność (Oleś, 2009), przy czym Neurotyczność jest dodatnio skorelowana z agresywnością, a Ugodowość – ujemnie (Bettencourt i in., 2006). Występuje również zmienność intraindywidualna – konkretne osoby mogą zmieniać swoje wzorce agresywnego zachowania podczas całego życia (stąd też sensowność podejmowania działań prewencyjnych i terapii agresywności). Istnieją dowody, że odstępowanie od agresji trwa od dzieciństwa do dorosłości. Doniesienia te pokrywają się z wynikami badań interwencyjnych, pokazujących podatność agresywnego zachowania na zmianę pod wpływem systematycznych oddziaływań (Loeber i Stouthamer-Loeber, 1998).

Ogólnie na podstawie badań można przyjąć, że częstotliwość dopuszczania się agresji i przemocy osiąga szczyt w okresie dorastania i wczesnej dorosłości, a następnie spada z wiekiem (Loeber i Farrington, 1998; McCrae i Costa, 2005), stąd diagnoza osób agresywnych w tej grupie jest szczególnie istotna. Młodzi dorośli to grupa specyficzna: z jednej strony nie przekroczyli wieku 30 lat, kiedy to osobowość (w tym agresywność) stabilizuje się i przestaje podlegać znaczącym zmianom (McCrae i Costa, 2005), z drugiej zaś strony przejawiają w tym okresie najwyższy poziom agresji w ciągu całego życia – częstość występowania agresji i przemocy zwiększa się w późnym okresie dojrzewania i wczesnej dorosłości (Loeber i Farrington, 1998).

Późna adolescencja (wiek młodzieńczy) obejmuje okres od około 16. do 20. roku życia (dla młodzieży studiującej trwa on dłużej, jest też intencjonalnie wydłużany ze względu na chęć przedłużenia młodości) (Harwas-Napierała i Trempała, 2009). Okres ten uznaje się za czas uzyskiwania sprawczości i dążenia do uniezależnienia się zarówno od rodziców, jak i od rówieśników tworzących kontekst rozwojowy (Oleszkowicz i Senejko, 2018). Jest kontynuacją dorastania i przynosi ze sobą kolejne zmiany psychiczne rozwijające się w charakterystycznym dla nich kierunku. Rozwój uczuć zmierza ku dojrzałości uczuciowej, następuje stabilizacja emocjonalna i rozbudowa związków interpersonalnych. Na pierwszy plan wysuwa się zdolność do kontrolowania i opanowania emocji, przejście od egocentryzmu do socjocentryzmu, zdolność odraczania reakcji i umiejętność rezygnacji. Następuje również rozwój uczuć wyższych, pojawia się większa otwartość, tolerancja dla inności, poczucie odpowiedzialności za innych i umiejętność darzenia miłością. Pełnej dojrzałości uczuciowej nie osiąga się jednak w okresie młodzieńczym, ale w późniejszych latach (Harwas-Napierała i Trempała, 2009). Ponadto starsi adolescenci charakteryzują się wysoką neurotycznością przy niskiej ugodowości i sumienności (McCrae i in., 2002). Stąd nadal występuje tendencja, choć w mniejszym stopniu niż w okresie wczesnej adolescencji, do wrogiego zachowania agresywnego. Pomyślne zakończenie kryzysu tożsamości pozwala młodemu człowiekowi na płynne wejście w dorosłość (Erikson, 1968).

Typowe dla młodzieży interpersonalne zachowania agresywne to przede wszystkim takie, u których podłoża leżą negatywne emocje (złość, gniew lub irytacja). Mają one na celu spowodowanie bólu lub zranienie

(tzw. agresja wroga lub gniewna). Agresja instrumentalna (np. występująca w gangach młodzieżowych) jest natomiast stosowana w celu redukcji potrzeb. Jest to związane z właściwą nastolatkom tendencją do identyfikacji z grupą, która czasem przybiera patologiczne formy organizowania się w gangi młodzieżowe. Tego typu grupa przestępcza zrzesza tych nastolatków, którzy są odrzucani przez swoich mniej agresywnych rówieśników (Krahé, 2006). Agresja przejawiana przez jej członków jest konieczna, w celu określenia ich miejsca w hierarchii (im większe bestialstwo, tym wyższy status w grupie). Jest to również sposób kontrolowania hierarchii w grupie, pozwala na podporządkowanie innych, zapewnia utrzymanie wewnętrznej spójności i wysokiej reputacji własnej grupy (Frączek, 2002). Ich agresywne działania obejmują między innymi nadużycia (bezpośrednie lub pośrednie) wobec ofiar, nazywane mobbingiem lub bullyingiem.

Oleszkowicz (2006) wymienia wśród zachowań agresywnych, związanych z buntem młodzieńczym w okresie dorastania, formy aktywności, które przynoszą szkodę lub cierpienie (innym lub samemu sobie), dzięki czemu jednostka może odreagować narastające pobudzenie i silne negatywne emocje (agresja wroga) lub też osiągać interesujące ją cele (agresja instrumentalna). Badaczka wylicza następujące zachowania: dokuczanie ludziom i zwierzętom, agresję fizyczną wobec obiektu wzbudzającego sprzeciw, niszczenie przedmiotów, manifestacyjne obrażanie się lub łamanie prawa. Ponadto wyróżnia ekspresję emocji negatywnych, a więc odreagowywanie ich, często w formie agresji nieukierunkowanej, np. wyzwiska, pyskówki, kłótnie, krzyk, płacz, podnoszenie głosu, trzaskanie drzwiami, wymachiwanie rękami, walenie pięścią w ścianę, robienie min. Autorka wymienia również zachowania spełniające w większości kryteria agresji biernej, tj. sabotowanie poleceń i wymagań. Kategoria ta obejmuje zachowania polegające na biernym oporze, robieniu na złość, ignorowaniu poleceń, upieraniu się przy swoim, odwlekaniu wykonywania poleceń oraz spełnianiu wymagań byle jak. Zachowania agresywne, jako destrukcyjne przejawy buntu młodzieńczego, spełniają według badaczki różne funkcje, z których jako najważniejsze wymienia: zdobywanie przewagi w relacjach interpersonalnych, postawienie na swoim oraz odreagowywanie napięcia.

Kluczową rolę w tworzeniu tego rodzaju wzorca zachowania antyspołecznego odgrywają zerwane więzi rodzic–dziecko, tolerancja rodziców

dla zachowań agresywnych dziecka i stosowanie agresywnych metod wychowawczych (Bowers, Smith i Binney, 1994). Borecka-Biernat (2013) wymienia nieprawidłowe postawy rodzicielskie jako przyczynę agresywnych form reagowania w sytuacji konfliktu społecznego: nadmierny dystans uczuciowy, postawę nadmiernie wymagającą, nadmiernie ochraniającą i postawę niekonsekwencji. Konflikty w relacjach rodzic–dziecko i dziecko–rodzic są uznawane przez badaczkę za zjawisko powszechne w okresie adolescencji i ważne źródło napięć w okresie dorastania. Badania prowadzone przez autorkę potwierdziły także występowanie zależności między rodzicami a dziećmi w zakresie preferowanych przez nich sposobów radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Rodzice stosujący strategię polegającą na agresywnym zachowaniu przyczyniają się do modelowania u młodzieży podobnej strategii, wykorzystywanej następnie w trudnych sytuacjach społecznych (Borecka-Biernat, 2006). Podobne wyniki uzyskały Liberska i Farnicka (2015), które wykazały w badaniach, że percypowana niewłaściwa postawa rodzicielska ma znaczenie dla powstawania agresji i jej przejawów.

Dorosłością nazywa się fazę życia, w którą wkracza młody człowiek po zmianach rozwojowych, prowadzących do dojrzałości biologicznej i społecznej, rozumianej jako zdolność do prokreacji oraz odpowiedzialne i autonomiczne podejmowanie nowych ról społecznych, związanych z zakładaniem rodziny i podejmowaniem aktywności zawodowej. Wczesna dorosłość obejmuje okres od 20.–23. do 35.–40. roku życia (Kielar-Turska, 2003). W tym czasie następuje stabilizacja poczucia tożsamości, nawiązywanie głębszych związków interpersonalnych, pogłębianie dziedzin aktywności, wyraźniejsze dostrzeganie problemów moralnych i etycznych oraz wzrost znaczenia troski o innych. Młody dorosły doznaje satysfakcji na wielu polach, ale również wielu konfliktów i stresów związanych z zadaniami stojącymi przed osobą dorosłą. Wśród nich wymienia się: realizację własnych aspiracji, założenie rodziny, podejmowanie nowych ról społecznych i wynikających z nich, często sprzecznych, obowiązków oraz konfrontowanie własnych planów z wymaganiami otoczenia, uczenie się tolerancji wobec osób o innych poglądach i postawach przy jednoczesnym zachowaniu własnej niezależności, a także uczenie się umiejętności porządkowania i kontrolowania własnego życia emocjonalnego. Radzenie sobie z zadaniami wczesnej dorosłości wymaga nie tylko dojrzałości intelektualnej, objawiającej

się zdolnością do podejmowania problemów i ich rozwiązywania, ale również dojrzałości emocjonalnej (odporności na stres i umiejętności pozostawania samemu) oraz społecznej (przyjmowania odpowiedzialności za siebie i inne osoby). Z nowymi doświadczeniami nieodłącznie wiążą się liczne frustracje, co znajduje potwierdzenie w wynikach wielu badań. Na okres wczesnej dorosłości przypada szczególnie duża liczba wydarzeń stresujących, a młodzi dorośli przeżywają je silniej niż osoby starsze, co sprzyja agresywności (Harwas-Napierała i Trempała, 2009). Często występująca u młodych dorosłych agresja zadaniowa jest związana z pełnieniem ról społecznych, na przykład roli rodzica, nauczyciela lub opiekuna odpowiedzialnego za opiekę i wychowanie dziecka (Frączek, 1975). Agresywne zachowanie ludzi młodych może przybierać różne formy, takie jak kłótliwość, negatywizm, wybuchy gniewu, drażliwość, obcesowość, buntowniczość, obrażanie, poniżanie, wykluczenie społeczne, izolacja, publiczne upokarzanie, rozsiewanie plotek, przymuszanie, złośliwość, prowokowanie, popychanie, bicie, kopanie, akty wandalizmu, ataki z użyciem broni, przemoc, okrucieństwo i sadyzm (Aronson i in., 1997; Bandura i Walters, 1968; Bettencourt i in., 2006; Frączek, 1975).

W zachowaniu agresywnym osób dorosłych zarysowują się różnice między płciami. Mężczyźni są na ogół bardziej agresywni od kobiet i częściej dokonują przestępstw. Pomimo tego, że wykazują wyższy poziom agresji, co wykazano w wielu badaniach, również międzykulturowych, to różnica ta jest ogólnie niewielka i uzależniona od rozpatrywanego rodzaju agresji. Wśród mężczyzn rozpowszechniona jest głównie agresja fizyczna, natomiast wśród kobiet bezpośrednia agresja werbalna (np. wyzywanie) oraz pośrednie formy agresji, takie jak agresja relacyjna (np. wykluczanie innych), mogąca również przyjmować formę pośredniej agresji werbalnej (np. plotkowanie). Różnice między płciami pojawiają się już w trzecim roku życia, w okresie dojrzewania więcej dziewcząt staje się agresywnych, mimo że wcześniej nie przejawiały agresji, a ich udział w aktach poważnej przemocy osiąga szczyt wcześniej niż u chłopców. Zachowania agresywne dziewcząt, w porównaniu z chłopcami, są częściej zastępowane nieagresywnymi strategiami rozwiązywania konfliktów, natomiast skłonność chłopców do stosowania strategii agresywnych częściej przenosi się z wcześniejszych etapów życia na okres dorastania i wczesną dorosłość (Krahé, 2006).

Młody człowiek w swojej rodzinie, szkole i w grupie rówieśniczej styka się z wieloma czynnikami, które mogą stymulować indywidualne skłonności do zachowań agresywnych. Są to w szczególności sytuacje, w których młody człowiek, często jeszcze jako dziecko, doświadcza różnych form agresji od najbliższej osoby lub grupy rówieśniczej albo jest on obserwatorem takiego zachowania. Według Bandury (1969, 1973), uczenie się zachowań agresywnych, podobnie jak większości innych form zachowań społecznych, następuje na skutek warunkowania i modelowania. Agresywne zachowanie, raz wyuczone, utrzymuje się jako sposób działania, nawet jeśli nie zostało wzmocnione (przez nagradzanie), ale zostało nabyte przez obserwację osoby znaczącej dla obserwatora podczas agresywnego zachowania.

Podsumowując, częsta ekspozycja na agresywne zachowanie w wielu sytuacjach – w rodzinie, szkole i środowisku rówieśniczym – jak również kontakt z fikcyjnym środowiskiem w mediach i książkach, z zachowaniem agresywnym prezentowanym przez różnych modeli, z którymi młody człowiek się identyfikuje, powoduje wzmacnianie i utrwalanie efektu uczenia się agresji (Wolińska, 2003). Dlatego w profilaktyce zachowań agresywnych najważniejszym problemem wydaje się kontrola oraz przeciwdziałanie wpływowi czynników wymienionych jako stymulujące agresję, a także wzmacnianie i rozwijanie tych, które agresję hamują. Odnosi się to nie tylko do samych nastolatków, ale również do całego ich otoczenia: rodziców, przyjaciół, oraz treści, z którymi młody człowiek spotyka się na co dzień. Czasami konieczne jest objęcie młodych ludzi i ich środowiska społecznego konkretnymi programami interwencyjnymi (Dankiewicz, 2011).

1.4 Problemy metodologiczne w badaniach agresji i agresywności

Dane o zachowaniu agresywnym można uzyskać za pomocą dwóch ogólnych podejść: obserwacji (eksperymentów terenowych i laboratoryjnych oraz obserwacji naturalnej), a także zadawania pytań (samoopisów zachowania, informacji od osób trzecich, danych archiwalnych, skal osobowości i technik projekcyjnych) (Baron i Richardson, 1994; Krahé, 2006).

Dane behawioralne, istotne ze względu na traktowanie agresji jako formy zachowania społecznego, pozyskuje się za pomocą trzech form obserwacji. Obserwacja naturalna dotyczy częstości występowania różnych form zachowania agresywnego w konkretnym otoczeniu. Dzięki tej metodzie możliwe jest uniknięcie problemu reaktywności pomiaru, czyli dostosowywania przez badanych swojego zachowania do norm społecznych, co jest związane z ocenianiem agresji jako niepożądanej społecznie. Procedura polega na obserwacji naturalnego przebiegu zachowania, następnie na podziale na podstawowe jednostki analizy i przypisywaniu jednostek do konkretnych kategorii zachowań agresywnych. Metoda eksperymentu terenowego to obserwacja zachowań w naturalnych kontekstach (np. ruch uliczny i frustracja kierowców lub reakcje osób stojących w kolejce na wchodzenie poza kolejnością). Badanie obejmuje zmienne niezależne i ich wpływ na zmienne zależne, a jego wadą jest brak kontroli nad zmiennymi zakłócającymi i doborem osób badanych. Eksperymenty laboratoryjne to sytuacje tworzone przez badacza, które muszą spełniać trzy kryteria: badanych poddaje się manipulacji eksperymentalnej, są oni przydzielani losowo do poszczególnych warunków eksperymentalnych (randomizacja) oraz zmienne zakłócające są poddawane kontroli. To najczęściej stosowana metoda spośród badań obserwacyjnych (Krahé, 2006).

W badaniach nad agresją stosuje się najczęściej pięć klasycznych procedur eksperymentalnych i ich odmiany (Krahé, 2006; Tedeschi i Quigley, 1996).

Paradygmat nauczyciel–uczeń (Buss, 1961) polega na odegraniu rzekomego eksperymentu nad uczeniem się. Badany zawsze przyjmuje rolę nauczyciela, który ma za zadanie karać ucznia za błędy, aplikując bodziec awersyjny (np. wstrząs elektryczny). Wybór natężenia kary jest uznawany za wskaźnik zachowania agresywnego. Na potrzeby tej procedury Buss skonstruował tzw. *machinę agresji*, dzięki której nauczyciel mógł dokonywać wyboru siły i czasu trwania wstrząsów elektrycznych, rzekomo aplikowanych uczniowi (w rzeczywistości wstrząsy nie były stosowane).

Paradygmat oceny eseju (Berkowitz, 1962) jest stosowany przede wszystkim do badania agresywnych zachowań w odpowiedzi na uprzednią frustrację lub prowokację. Badani przedstawiają na piśmie rozwiązanie zadania problemowego, a następnie zostaje ono ocenione przez drugą

osobę badaną, która w rzeczywistości jest współpracownikiem eksperymentatora. Ocena jest wyrażona liczbą wstrząsów elektrycznych (jeden wstrząs – najlepsza ocena, a dziesięć wstrząsów – najgorsza), przy czym badani bez względu na swoją pracę otrzymują jeden wstrząs (w warunkach kontrolnych) lub siedem (w warunkach prowokacji). W kolejnej fazie eksperymentu następuje zamiana ról – badany ocenia swojego przeciwnika, a liczba aplikowanych wstrząsów jest wskaźnikiem siły reakcji agresywnej. Liczba wstrząsów jest zwykle większa, gdy badani zostali ocenieni negatywnie. W tym schemacie eksperymentalnym badano również i stwierdzono występowanie tzw. *efektu broni*, polegającego na tym, że prowokacja prowadzi do silniejszej agresji w obecności sygnału wywoławczego agresji niż w obecności przedmiotu neutralnego.

Odmianą tego paradygmatu jest prowokowanie badanych przez udostępnienie do czytania bardzo negatywnych opinii na temat ich poglądów. Badany ma za zadanie napisać esej na kontrowersyjny temat, wyrażając w nim swoje przekonania. Następnie otrzymuje esej innego badanego (nieistniejącego w rzeczywistości), o skrajnie odmiennych poglądach, i oceniają nawzajem swoje eseje, stosując punktację od –10 (*bardzo słaby esej*) do +10 (*bardzo dobry*) wraz z krótkim komentarzem. W rzeczywistości esej jest czytany przez eksperymentatora, który przekazuje badanemu bardzo negatywną ocenę jego pracy (np. „To jeden z najgorszych esejów, jakie kiedykolwiek czytałem!"). Następnie badany wypełnia jeden z kwestionariuszy mierzących skłonność do agresji (np. skalę wrogości) lub ocenia na dziesięciopunktowej skali od 1 (*wcale*) do 10 (*bardzo*), jak bardzo chce wykonać każdą z dziesięciu czynności umieszczonych na liście, na której wśród czynności neutralnych widnieje również czynność agresywna, np. uderzenie w worek treningowy. Procedura ta powoduje gniew i zwiększa gotowość do agresywnego zachowania (Bushman, 2002; Bushman i Baumeister, 1998; Bushman, Baumeister i Phillips, 2001; Bushman, Baumeister i Stack, 1999; Zhan, Ren, Fan i Luo, 2015).

Prowokacja może również polegać na ocenianiu przez badanego wideo z wywiadem lub rozmową kwalifikacyjną z inną osobą, a następnie na poddaniu się takiej samej ocenie ze strony oglądanej wcześniej osoby (w rzeczywistości eksperymentatora), której nagranie się nie podoba i ostatecznie odmawia współpracy z badanym („Wywiad był słaby! Nie chciałbym współpracować z tą osobą") (Rajchert i Winiewski, 2017).

W niektórych badaniach faza oceny jest poprzedzona dodatkowym elementem prowokującym agresję. W tym celu stosuje się paradygmat wykluczenia społecznego, opierający się na zjawisku wywoływania agresywnych działań odwetowych wobec tych, którzy nas odrzucili (Kulik i Brown, 1979; Leary i in., 1995; Nezlek i in., 1997; Ohbuchi, Kameda i Agarie, 1989; O'Neal i Taylor, 1989; Rajchert i Winiewski, 2017; Twenge i in., 2001). Procedura opiera się na negatywnej ocenie osoby badanej pod pewnym względem (np. jej osobowości, temperamentu, przydatności do pracy, możliwości współpracy z innymi lub ryzyka pozostania osobą samotną: „Twoje związki będą bardzo krótkotrwałe, za 20 lat nie będziesz mieć żadnych przyjaciół i skończysz życie jako osoba samotna"). Negatywna ocena jest przedstawiana przez eksperymentatora jako obiektywna interpretacja wyniku testów, wypełnionych przez osobę badaną. Początkowe odrzucenie powoduje, że badany zachowuje się bardziej agresywnie w kolejnej fazie badania. Na przykład dostając informację, że druga osoba badana, która zapoznała się z jego „profilem osobowości", nie chce z nim pracować, ma możliwość zareagować agresywnie, odbierając tej osobie szansę na znalezienie pracy. W innym wariancie tej procedury, wstępnie odrzucona osoba badana dokonuje oceny eseju i sama jest oceniania, jak w klasycznym paradygmacie, następnie dostaje możliwość odrzucenia kandydatury swojego oponenta na pomocnika eksperymentatora. Osoby wykluczone wydają bardziej negatywną ocenę kandydatury osoby, która ich znieważyła, niż osoby niewykluczone, wykazując tym samym wyższy poziom agresji po odrzuceniu (Twenge i in., 2001).

Ogólnie metody negatywnej ewaluacji są uznawane za skuteczny sposób na wywołanie agresji i często wykorzystywane w badaniach (Bettencourt i in., 2006; Rothaus i Worchel, 1960; Twenge i in., 2001; Wingrove i Bond, 1998).

Paradygmat czasu reakcji rywalizacyjnych (*the Taylor Aggression Paradigm*, TAP) również wykorzystuje wstrząsy elektryczne jako wskaźnik agresji, tym razem służąc do określenia poziomu agresji niesprowokowanej i odwetowej. Badany jest informowany, że współzawodniczy z partnerem (pomocnikiem eksperymentatora) w zadaniu na czas reakcji. Badanym pozwala się wygrać w pierwszej próbie, aby określić siłę wstrząsu, będącą wskaźnikiem niesprowokowanej reakcji agresywnej. Następnie, zgodnie z oficjalną wersją, powolniejszy przeciwnik dostaje

wstrząs o sile określonej przez zwycięzcę, a w rzeczywistości sukces i niepowodzenie badanego są z góry ustalone przez eksperymentatora. Następne wybory dokonywane przez badanego są wskaźnikiem agresji odwetowej (Taylor, 1967).

Metodą polegającą na prowokacji interpersonalnej, lecz bez użycia prądu, jest *paradygmat FOE* (*the Fight-or-Escape paradigm*), laboratoryjna miara unikania i agresji. Dotyczy czasu reakcji rywalizacyjnych, w którym zwycięzca może wybrać głośność dźwięku, skierowany później na jego przeciwnika. Badani spotykają się z dwoma pozornymi przeciwnikami, którzy konsekwentnie wybierają wysokie (prowokacja) lub niskie kary (brak prowokacji). Na początku każdej próby badani mają szansę uniknąć starcia przez ograniczoną do dziesięciu liczbę razy. Poziom agresji mierzy się skłonnością do odwetu (wysokością kary) wobec prowokujących oponentów (Beyer i in., 2017).

Paradygmat lalki Bobo (Bandura, Ross i Ross, 1963) jest metodą, która umożliwia dzieciom wykazanie się różnymi rodzajami agresji, niesprowadzonej tylko do pojedynczego zachowania, wobec dużej, nadmuchiwanej lalki-klauna o nazwie Bobo. Najpierw w dzieciach zostaje wzbudzona gotowość do agresji przez modelowanie (model – osoba dorosła – zachowuje się agresywnie wobec lalki), następnie dzieci mają możliwość zabawy lalką. Zachowanie dziecka jest obserwowane i oceniane pod kątem częstości aktów agresji.

Werbalne (słowne) narzędzia pomiaru (Baron i Richardson, 1994) wykorzystywane są w celu wzbudzenia reakcji agresywnych. Następuje rejestracja reakcji werbalnych (wypowiedzi swobodnych), analizowanych później pod kątem treści agresywnych lub wystandaryzowanych ocen osoby, która sprowokowała agresję (przy czym badany musi być przekonany, że może komuś zaszkodzić swoją negatywną oceną).

Wśród najnowszych metod wymieniana jest *aplikacja ostrego sosu* osobie, która go nie lubi. Jest to etyczna procedura, dostarczająca przykrości bez niepotrzebnego bólu (Lieberman, Solomon, Greenberg i McGregor, 1999). W badaniach wykorzystuje się również zadania skonstruowane na podstawie dylematu więźnia, np. paradygmat odejmowania punktów (*the Point Subtraction Aggression Paradigm,* PSAP). Jest to zadanie komputerowe, w którym badany jest sparowany z fikcyjnym (o czym badany nie wie) partnerem i może zarobić pieniądze, naciskając odpowiednie przyciski. Na ekranie pokazywany jest licznik, wskazujący

wartość zarobionych pieniędzy. Trzy przyciski w panelu odpowiedzi (oznaczone jako A, B i C) oznaczają: wzmocnienie finansowe (A), opcję agresywną (B) i opcję ucieczki (C). Badany, naciskając przycisk A 100 razy z rzędu, powoduje, że do licznika obu uczestników dodawana jest kwota 15 centów. Naciskając przycisk B 10 razy powoduje, że 15 centów jest odejmowanych partnerowi bez żadnych korzyści dla badanego. Przycisk C, opcja ucieczki, musi być wciśnięty 10 razy, aby tymczasowo zabezpieczyć pieniądze badanego przed odjęciem przez partnera. Uczestnicy są prowokowani w losowych odstępach podczas sesji, przez odjęcie 15 centów z ich licznika, co zostaje przypisane przeciwnikowi. W rzeczywistości program komputerowy kontroluje wszystkie punkty odejmowane przez fikcyjnego partnera. Wskaźnikiem agresji jest liczba naciśnięć przycisku B (reakcje agresywne) (Cherek, 1981; De Sousa Fernandes Perna i in., 2016; Giancola i Chermack, 1998).

Powyższe procedury nie są jednak bez wad i zostały poddane krytyce. Po pierwsze, wskazywano na wątpliwą trafność teoretyczną: nie jest pewne, czy badamy agresję, czy np. chęć pomocy w uczeniu się, zastosowanie się badanego do instrukcji, tendencję do współzawodniczenia lub agresję wobec przedmiotu nieożywionego. Metaanaliza Carlsona, Marcus-Newhall i Millera (1989) wykazała jednak dodatnią korelację między reakcjami badanych a różnymi wskaźnikami agresji (czasem trwania, intensywnością i liczbą wstrząsów oraz pisemną ekspresją agresji), a także wywoływanie tego samego poziomu agresji, dzięki różnym strategiom. Wątpliwości odnośnie do trafności zewnętrznej (zbyt duże różnice pomiędzy sytuacją laboratoryjną a naturalną) zostały rozwiane dzięki metaanalizie Andersona i Bushmana (1997; Bushman i Anderson, 1998), która wykazała zbieżność wyników badań laboratoryjnych i terenowych.

Dane o zachowaniu agresywnym można również uzyskać drogą zadawania pytań. Jednym ze sposobów jest stosowanie samoopisów zachowania, czyli sprawozdań z własnych zachowań agresywnych. Przykładowo: są to skale agresji fizycznej i werbalnej *Kwestionariusza agresji* (*Buss–Perry Aggression Questionnaire*, BPAQ) Bussa i Perry'ego (1992). Wadą tej metody jest podatność na wpływ aprobaty społecznej. Sposobem na częściowe poradzenie sobie z tym problemem jest poproszenie bliskich lub znajomych danej osoby (rówieśników, rodziców, opiekunów lub nauczycieli) o dostarczenie informacji na temat jej

zachowania. Następnie sprawdzane są rozbieżności pomiędzy tymi relacjami a samoopisem, a także pomiędzy samymi relacjami osób trzecich. Nominacje rówieśników lub innych osób można zastosować już u starszych dzieci, wówczas każde dziecko wskazuje, których uczniów w klasie uważa za agresywnych. Na podstawie badań wykonanych metodą nominacji badacze mogli wykazać związek między agresją ocenianą przez rówieśników ośmiolatków a poziomem przemocy w najczęściej oglądanym programie telewizyjnym oraz wysnuć wniosek, że agresja wzrasta z wiekiem (Vasta, Haith i Miller, 2004). Wadą tego podejścia jest jego kosztowność i czasochłonność, a także możliwa duża rozbieżność ocen. Informacje na temat zachowania danej osoby można również czerpać z danych archiwalnych, np. statystyk przestępczości i zapisów temperatury. Te dwa źródła zostały wykorzystane w badaniach, w celu ustalenia związku między temperaturą a przemocą (m.in. Anderson, 1989; Anderson, Bushman i Groom, 1997). Badano również związek między nakładami czasopism pornograficznych a liczbą gwałtów, pochodzącą z dorocznych statystyk przestępczości. W badaniach tego typu pojawia się problem z wyciąganiem wniosków przyczynowych – ze współwystępowania pewnych danych nie wynika kierunek tego związku.

Ostatnią metodą skoncentrowaną na zadawaniu pytań jest pozyskiwanie danych osobowościowych, w tym poznawczych i afektywnych korelatów agresywnego zachowania i trwałych różnic indywidualnych pod względem dyspozycji do działania agresywnego. W tym celu wykorzystuje się standaryzowane skale osobowości, w których badani opisują swoje aktualne stany lub bardziej trwałe dyspozycje (np. *Kwestionariusz agresji* Bussa i Perry'ego mierzący gniew jako dyspozycję i wrogość oraz *Skala gniewu jako stanu i cechy* Spielbergera i współpracowników) (Buss i Perry, 1992; Spielberger, Jacobs, Russell i Crane, 1983). Niektórzy badacze korzystają również z technik projekcyjnych, stosowanych do badania agresji ukrytej (w marzeniach i wyobraźni). Przykładem jest *Test plam atramentowych* Rorschacha (1921, za: Krahé, 2006), gdzie wypowiedzi badanego są oceniane przez sędziów kompetentnych pod kątem występowania treści agresywnych lub *Test obrazkowy frustracji* (PFT) Rosenzweiga (1981), opracowany specjalnie do pomiaru agresji, w którym osoba badana ma za zadanie przyjąć perspektywę sfrustrowanej osoby i zaproponować jej odpowiedzi. Użycie tych metod jest jednak szeroko krytykowane i stąd powszechność ich stosowania

w analizie agresji jest niewielka. Kodowanie swobodnych wypowiedzi do zestawu kategorii jest czasochłonne, trudno jest uzyskać rzetelność, brakuje również dowodu, że test Rorschacha cechuje trafność (Reber, 2002). Ponadto w przypadku *Testu obrazkowego frustracji* stwierdzono wrażliwość odpowiedzi na wpływ aprobaty społecznej i brak spójności ocen. W przypadku testów projekcyjnych, zakłada się wiele związków z dynamiką osobowości i zachowaniem, ale większość z tych założeń nie została potwierdzona empirycznie (pomimo ponad 2000 publikacji na temat testu Rorschacha) (Dawes, 1991). Ponadto test Rorschacha został opublikowany w internecie po wygaśnięciu praw autorskich, razem z najczęstszymi odpowiedziami, przez co stał się praktycznie bezużyteczny.

Do badania agresywności osób dorosłych wykorzystuje się w Polsce takie narzędzia, jak: *Skala agresji* (*Buss–Durkee Hostility Inventory*, BDHI) Buss–Durkee (1957) (polska adaptacja *Nastroje i humory*, Choynowski, 1972, 1998), *Inwentarz psychologiczny syndromu agresji* (IPSA) Gasia (1980), *Skala gniewu jako stanu i cechy* Spielbergera i współpracowników (Spielberger i in., 1983), *Kwestionariusz agresji* (*Buss–Perry Aggression Questionnaire*, BPAQ) Buss–Perry (1992), *Test rozumowania* (CRT–A) Jamesa i McIntyre'a (2000), *Kwestionariusz A-R* Ostrowskiej (2002), *Inwentarz gotowości do agresji interpersonalnej* (IGAI) Frączka, Konopki i Smulczyka (Frączek, 2002, 2009) oraz podskala Agresywna wrogość w *Inwentarzu osobowości NEO-PI-R* Costy i McCrae (Siuta, 2006), a także techniki projekcyjne.

Obecnie najlepszym narzędziem do badania gotowości do agresji jest *Test rozumowania* Jamesa i McIntyre'a (*the Conditional Reasoning Test for Aggression*, CRT–A; James, 1998), w instrukcji dla osób badanych nazywany *IAT Reasoning Test* (2000), ze względu na potrzebę ukrycia celu badania. Jest to nowy sposób identyfikacji osób, które z wysokim prawdopodobieństwem angażują się w agresywne i szkodliwe zachowania. Rozumowanie jest określane przez autorów jako „warunkowe", ponieważ prawdopodobieństwo, że dana osoba oceni pewne zachowanie jako dopuszczalne, zależy od siły motywacji tej osoby do zaangażowania się w to zachowanie. Agresywne osoby wnioskują, że zachowania, które uznają za atrakcyjne i które realizują (np. działania przynoszące straty), są uzasadnione, to znaczy racjonalne i rozsądne. Aby uzasadnić przejawianie pożądanych, ale nieproduktywnych zachowań, osoby

agresywne stosują mechanizmy usprawiedliwiania, przeznaczone do zwiększenia wrażenia logiczności zachowań (Burroughs i James, 2005; James, McIntyre, Glisson, Bowler i Mitchell, 2004).

Test jest jedyną dostępną pośrednią miarą agresywności spośród metod polegających na zadawaniu pytań: wydaje się mierzyć umiejętność krytycznego rozumowania, podczas gdy faktycznie mierzy gotowość do agresji. W przeciwieństwie do kwestionariuszy samoopisowych, skupiających się na świadomych procesach poznawczych, opiera się na obiektywnym rozwiązywaniu problemów. Ponadto koncentruje się na nieświadomych i niejawnych procesach poznawczych, które determinują percepcyjne, emocjonalne i behawioralne dostosowanie osoby do środowiska (Allport, 1937; James i Mazerolle, 2002; Millon, 1990). Stanowią także dodatkowe, ważne źródło niedostępnych dla introspekcji danych o osobowości (Epstein, 1994; Erdelyi, 1992; Greenwald i Banaji, 1995; Kihlstrom, 1999; Nisbett i Wilson, 1977; Westen, 1990, 1991; Winter, John, Stewart, Klohnen i Duncan, 1998). Mniej przejrzyste narzędzie pomiaru, skoncentrowane na dostępie do niejawnych treści poznawczych, takich jak ukryte motywy i teorie, nieświadome uprzedzenia (błędy rozumowania), dostrzeganie nieistniejących współzależności, nierozpoznane skłonności do stereotypizowania, porównywanie społeczne w dół oraz uwaga selektywna (Baumeister, 1982; Baumeister i Scher, 1988; Bing i in., 2007; Brewin, 1989; Fiske i Taylor, 1984/1991; Greenwald i Banaji, 1995; Kihlstrom, 1999; Miller, 1987; Nisbett i Wilson, 1977; Pyszczynski i Greenberg, 1987; Ross, 1977; Schneider, 1991; Taylor, 1991; Westen, 1990, 1991; Winter i in., 1998), okazało się lepszą metodą zbierania informacji dotyczących negatywnych dyspozycji osobowościowych. Dzięki testowi możliwa jest ocena, w jakim stopniu osoby są poznawczo przygotowane do agresji, co jest silnie skorelowane z prawdopodobieństwem rzeczywistego zaangażowania się w zachowanie agresywne. Skłonność do rozumowania automatycznie usprawiedliwiającego agresję wskazuje, że osoba ta jest poznawczo gotowa do podjęcia agresywnych działań w przyszłości.

W związku z powyższym taka cecha jak agresywność może być mierzona za pomocą różnych metod, z których najbardziej wiarygodnym i praktycznym sposobem jest analiza jej przejawu pod postacią gotowości do agresji. Dzięki podejściu poznawczemu możliwy jest pośredni pomiar agresywności, a badanie osobowości poprzez analizowanie

ukrytych mechanizmów poznawczych, zamiast opisów zachowania, pozwala na uniknięcie błędu aprobaty społecznej.

CRT–A został opracowany w celu mierzenia indywidualnych różnic w skłonności do wykorzystywania określonych rodzajów ukrytych błędów rozumowania, do uzasadniania agresywnego zachowania. Jest zbudowany na założeniu, że ludzie opierają się na unikalnym zestawie ukrytych uprzedzeń, pomagających im zracjonalizować agresywne zachowanie. Test mierzy pośrednio te uprzedzenia (np. błąd atrybucji wrogości), przez indukcyjne problemy dotyczące rozumowania (James, 1998). Celem testu jest określenie, w jakim stopniu respondent spostrzega agresywne reakcje jako logiczne i rozsądne odpowiedzi na problemy. Im więcej mechanizmów uzasadniania agresji używa dana osoba, tym większa chęć i niejawna gotowość poznawcza do agresji. Dla pomiaru istotne jest, czy osoba badana konsekwentnie wybiera rozumowanie oparte na mechanizmach uzasadniania w całym zestawie problemów. Pomiar tych konkretnych, ukrytych treści poznawczych, jest istotny, ponieważ silna skłonność do rozumowania w sposób usprawiedliwiający agresję wskazuje, że dana osoba jest poznawczo przygotowana do angażowania się w agresywne zachowania w przyszłości (James, 1998). W związku z tym pośrednie pomiary ukrytych skłonności do uzasadnienia agresji są interpretowane w kategoriach niejawnej poznawczej gotowości do agresji. Osoby z wysokimi wynikami w CRT–A ze znacznie większym prawdopodobieństwem będą się angażować w agresywne zachowania niż osoby o niskich lub średnich wynikach (James i McIntyre, 2000).

Do testu zostały włączone pytania buforowe, które mają sprawiać wrażenie, że całość mierzy umiejętność krytycznego myślenia. Test ma stwarzać pozory testu badającego umiejętność rozumowania, a badanych nie informuje się, że jest to test osobowości (James i McIntyre, 2000). W celu ochrony niejawnej natury testu, oprócz pytań buforowych, zastosowano odpowiednią procedurę badania. Najważniejsze wytyczne dotyczą instrukcji dla osoby badanej, nadzoru nad przebiegiem badania i limitu czasu. Zarówno tytuł na arkuszu z pytaniami testowymi (*Test rozumowania*), jak i forma instrukcji („wybierz odpowiedź, która na podstawie zamieszczonych informacji jest najbardziej logiczna"), mają na celu sprawianie wrażenia, że badany wypełnia test umiejętności krytycznego myślenia. Osoby badane muszą być nadzorowane,

aby sprawiać wrażenie, że istnieje możliwość „ściągania" od innych badanych poddawanych testowi i aby przeciwdziałać rzeczywistemu odpisywaniu. Limit czasu na wykonanie testu, który wynosi 25 minut, został ustalony dla pogłębiania wrażenia testu krytycznego rozumowania i nie wprowadza motywu zdolności do procesu testowania (James i McIntyre, 2000).

W odróżnieniu od większości innych testów psychologicznych, przeznaczonych do pomiaru ukrytych aspektów osobowości, CRT–A wykazuje dobre właściwości psychometryczne (James i in., 2005, James i LeBreton, 2010, 2012). Średnia trafność testu wynosi 0,43 i pomimo że jest umiarkowana, pozwala na uznanie CRT–A za najskuteczniejszy z dostępnych testów do identyfikacji osób agresywnych. Rzetelność skali, którą mierzono, opierając się na metodzie badania spójności wewnętrznej (współczynnik alfa Cronbacha) dla pięciu niezależnych czynników (reprezentujących pięć błędów rozumowania, oprócz błędu fałszywej winy, do którego przypisany jest tylko jeden item), jest wysoka i wynosi od 0,84 do 0,86. Wyniki w CRT–A są w większości przypadków nieskorelowane ze zdolnościami poznawczymi lub charakterystyką osobowości pochodzącą z samoopisów, a także ujawniają strukturę czynnikową zgodną z teorią leżącą u podstaw ukrytej motywacji do agresji (James i LeBreton, 2012; Galić, Scherer i LeBreton, 2014).

Ponadto wielokrotne analizy rzetelności wykazały, że miary pośrednie gotowości do agresji są wewnętrznie spójne i niezmienne w czasie. Wyniki gotowości do agresji okazały się nieskorelowane z rasą, a korelacje pomiędzy płcią i gotowością do agresji były różne, z przewagą dowodów wskazujących na brak związku. Ogólnie rzecz biorąc, CRT–A był weryfikowany i kontrolowany w różnych kontekstach (np. w procesie rekrutacji, w szkolnej klasie i podczas treningu), a autorzy określają te wyniki jako obiecujące. Wyniki wskazują, że trafność samoopisów agresji jest często uzależniona od rodzaju ukrytego motywu, ocenianego za pomocą testu warunkowego rozumowania. Dotychczasowe badania potwierdzają, że CRT–A jest w dużo mniejszym stopniu przejrzysty niż testy samoopisowe i wykrycie celu testu jest praktycznie niemożliwe (Moody, Scherer i LeBreton, 2013).

Na podstawie wyników testu można przewidzieć agresywne zachowanie zarówno w laboratorium, jak i poza nim. Wyższe wyniki wiążą się z występowaniem słownej i fizycznej agresji, a także kradzieży i kłamstw

(James i LeBreton, 2010). Ponadto wyższe wyniki w CRT–A są związane z bardziej pasywnymi formami agresji, w tym z wyższą absencją i fluktuacją kadr wśród stałych pracowników oraz sabotowaniem produkcji (np. niepodjęcie zadań w pracy) wśród pracowników tymczasowych (Bergman, McIntyre i James, 2004).

Podejście do pomiaru agresywności, uwzględniające rozumowanie warunkowe, zakłada, że oparte na motywacji błędy poznawcze, wykorzystywane do usprawiedliwiania agresji, mają charakter uniwersalny (James i LeBreton, 2010; 2012) i powinny ujawniać się w różnych warunkach kulturowych. Test wykazał obiecujące właściwości psychometryczne dla próby amerykańskiej, które nie zostały jednak potwierdzone w innych kontekstach kulturowych. Do tej pory porównano je tylko z próbą chorwacką i opierając się na wartościach *p,* korelacjach itemów kwestionariusza z czynnikami i rzetelności, obie formy CRT–A uznano za podobne (Galić, Scherer i LeBreton, 2014).

Analiza ustnych relacji osób rozwiązujących problemy zawarte w teście, wskazuje, że ankietowani wierzyli, że wypełniali test rozumowania. Po przeczytaniu instrukcji respondentowi zostają przedstawione cztery możliwe odpowiedzi i ma za zadanie wybrać najbardziej logiczną, zważywszy, że więcej niż jeden wniosek może wydawać się uzasadniony. Spośród czterech opcji jedna odpowiedź odwołuje się do jednego lub więcej mechanizmów usprawiedliwiania agresji, jedna odpowiedź jest przeznaczona dla osób nieagresywnych (prospołecznych), a dwie odpowiedzi są nielogiczne.

Podsumowując, wyniki uzyskane w CRT–A są interpretowane w kategoriach różnic indywidualnych w gotowości poznawczej respondentów do agresji. Osoby z wysokimi wynikami ze znacznie większym prawdopodobieństwem będą się angażować w agresywne zachowania niż osoby o niskich lub średnich wynikach.

Przykłady problemów zastosowanych w teście zostały zaprezentowane w tabeli 3.

Tabela 3

Problemy dotyczące rozumowania warunkowego w CRT–A

Problem	Odpowiedzi	Błąd rozumowania w odpowiedzi agresywnej
1. Jan niemal zawsze przychodzi do pracy punktualnie. Punktualnie przychodzi także na spotkania z przełożonym i klientami. To samo dotyczy spotkań z księdzem, a także wizyt u lekarza i dentysty. Jednak gdy umówi się z Piotrem, to spóźnia się pięć minut lub więcej. Które z poniższych stwierdzeń jest najbardziej logicznym wytłumaczeniem tego, że Jan spóźnia się na spotkania z Piotrem:	A. Piotr wstaje później niż Jan. – *nielogiczna* B. Jan nie spóźnia się na spotkania z ludźmi, których szanuje, zapewne więc nie szanuje Piotra. – *agresywna* C. Zarówno Jan, jak i Piotr, sami się zatrudniają. – *nielogiczna* D. Jan i Piotr są przyjaciółmi, więc nie przywiązują do punktualności większej wagi. – *nieagresywna*	Błąd wiktymizacji
2. Stare powiedzenie „oko za oko" znaczy, że jeśli jakaś osoba cię skrzywdziła, to powinieneś również ją skrzywdzić. Jeśli ktoś cię uderzył, to powinieneś odwzajemnić się tym samym. Gdyby ktoś spalił twój dom, to ty powinieneś spalić jego dom. Które z poniższych stwierdzeń wskazuje na największy problem związany ze stosowaniem tej zasady:	A. Radzi ludziom nadstawić drugi policzek. – *nielogiczna* B. Nie proponuje żadnego sposobu rozwiązania zaistniałego problemu w sposób przyjazny. – *nieagresywna* C. Może być ona użyta tylko w niektórych okresach roku. – *nielogiczna* D. Ludzie, zanim sami zaatakują, muszą czekać, aż ktoś ich zaatakuje. – *agresywna*	Błąd retrybucji
3. Magda zauważyła, że nowa dziewczyna w jej szkole przygląda się jej. Nowa dziewczyna jest podobna do Magdy pod wieloma względami: jest ładna, ładnie się ubiera, ma krótkie włosy i wydaje się, że ma dobre kontakty i z kolegami, i z koleżankami. Magda zauważyła, że nowa dziewczyna chce się zorientować, kto przyjaźni się z Magdą, i jaki ma ona stosunek do chłopców. Które z poniższych stwierdzeń jest najbardziej logicznym wnioskiem wynikającym z przedstawionych informacji:	A. Nowa dziewczyna zamierza dołączyć do drużyny piłki nożnej. – *nielogiczna* B. Nowa dziewczyna sprawdza Magdę jako potencjalną rywalkę. – *agresywna* C. Magda bierze korepetycje z matematyki. – *nielogiczna* D. Nowa dziewczyna może zaprzyjaźnić się z Magdą. – *nieagresywna*	Błąd kontrastu sił

Źródło: *Test rozumowania* Jamesa i McIntyre'a w tłumaczeniu Sznir i Siuty (2012)

Każdy z problemów składa się z elementów, takich jak dane, wydarzenia, logiczne argumenty, wyjaśnienia lub założenia, które są zbudowane wokół tematów znanych z uruchamiania mechanizmów usprawiedliwiania u osób agresywnych (np. rozboje, debaty o dostępie do broni lub korki uliczne). Konkretne założenie, stojące za pierwszym przykładowym problemem zaprezentowanym w tabeli 3, jest według autorów skoncentrowane na temacie wiktymizacji przez oponenta (tj. Jana) swojej ofiary (tj. Piotra) i odwołuje się do myślenia, że „uderzając jako pierwszy, unikam bycia zaatakowanym i stania się ofiarą". Respondenci są proszeni o wskazanie, który z czterech wariantów odpowiedzi jest według nich najbardziej uzasadniony (wynika z założenia). Jedną z alternatyw jest odpowiedź B: „Jan nie spóźnia się na spotkania z ludźmi, których szanuje, zapewne więc nie szanuje Piotra". Wniosek ten daje możliwość przyznania logicznego pierwszeństwa rozumowaniu opartemu na błędzie wiktymizacji. Został on skonstruowany tak, aby odwoływać się do ukrytej skłonności osób agresywnych do faworyzowania patrzenia przez pryzmat agresora i jego ofiary, podczas dokonywania atrybucji najbardziej racjonalnych przyczyn zachowań oponenta. Wybór tej alternatywy, jako najbardziej logicznej i przekonującej ze wszystkich proponowanych odpowiedzi, jest traktowany jako dowód, że błąd wiktymizacji jest kluczowy w kształtowaniu rozumowania danej osoby. Oczekuje się, że osoby nieagresywne uznają, że odpowiedź B jest wiarygodna i nie może zostać odrzucona (lub zaakceptowana) z logiczną pewnością. Oczekuje się również, że osoby nieagresywne nie będą uznawać tego wnioskowania za logicznie przekonujące, a to dlatego, że zakłada ono relacje międzyludzkie oparte na dychotomii agresor–ofiara. Natomiast agresję traktuje jako właściwą reakcję na odczuwaną niesprawiedliwość, próbę przywrócenia właściwego porządku rzeczy, naprawienia poniesionych krzywd lub walkę z uciskiem. Osoby nieagresywne będą uznawały takie rozumowanie za nieprawdopodobne, skrajne i nierealistyczne. Kolejna odpowiedź, prawdopodobna i realistyczna, została zaprojektowana z myślą o osobach nieagresywnych: „Jan i Piotr są przyjaciółmi, więc nie przywiązują do punktualności większej wagi" (odpowiedź D). Ten wniosek wynika logicznie z przesłanek, ale nie zawiera wrogości pierwszego wniosku, oferuje za to racjonalną i prospołeczną alternatywę odpowiedzi B. Wybór tej alternatywy, jako najbardziej logicznie przekonującej, dostarcza pośredniego dowodu, że błąd wiktymizacji

nie gra u danego respondenta kluczowej roli w kształtowaniu rozumowania. Oczekuje się, że agresywni badani uznają wiarygodność tego drugiego wniosku, ale ze znacznie większym prawdopodobieństwem niż osoby nieagresywne stwierdzą, że odpowiedź B (agresywna) ukazuje głębszy wgląd w prawdziwe intencje Jana. W celu zwiększenia trafności fasadowej powyższego zadania oraz żeby chronić pośredni charakter pomiaru, alternatywy są wbudowane w zestaw czterech wniosków. Dwa z nich (tj. odpowiedzi A oraz C w rozpatrywanym przykładzie) mają być wyraźnie nielogiczne i odrzucone przez respondentów (co zazwyczaj ma miejsce). Odpowiedź B określa się jako alternatywę agresywną, ponieważ jest ona przeznaczona do identyfikowania agresywnych respondentów. Alternatywa D (nieagresywna) jest przeznaczona do wyłonienia osób nieagresywnych (James i McIntyre, 2000).

Opisany powyżej proces bywa określany jako „system pomiaru rozumowania warunkowego" (James, 1998), a każdy problem zastosowany w teście jest uznawany za „problem rozumowania warunkowego". Oznacza to, że wybór danego wniosku jako najbardziej logicznie przekonującego ze wszystkich możliwych odpowiedzi zależy od agresywności rozumującej osoby, i w tym sensie jest ono warunkowe. Oczekuje się, że nieagresywni respondenci odrzucą agresywną alternatywę jako skrajną i prowokacyjną, choć wydaje się wynikać logicznie z przesłanek. Odpowiedź nieagresywna jest skierowana do nieagresywnych osób, chcących wybierać bardziej prospołeczne alternatywy, dla zrównoważenia antagonistycznego i prowokacyjnego wydźwięku alternatywy agresywnej (James i McIntyre, 2000).

Następny problem zaprezentowany w tabeli 3, skoncentrowany na próbie odwetu i zadośćuczynienia za doznaną krzywdę, odnosi się do niejawnego przyznawania pierwszeństwa zemście nad pojednaniem, właściwego osobom agresywnym. Kolejny przykład dotyczy tendencji do traktowania agresji w kategoriach kontrastu pomiędzy siłą i słabością (nowej dziewczyny i Magdy) i jest skierowany do osób agresywnych, zorientowanych na dominację i kontrolę (James i McIntyre, 2000). Autorzy założyli, że każdy z sześciu mechanizmów usprawiedliwiania agresji będzie reprezentowany w teście przez co najmniej jeden z problemów rozumowania warunkowego. Pięć z sześciu mechanizmów jest reprezentowanych przez trzy lub więcej problemów, wyjątkiem jest błąd fałszywej winy, reprezentowany przez tylko jeden problem.

Wynika to przede wszystkim z trudności w formułowaniu problemów (tj. uchwycenia istoty błędów rozumowania), jakie napotkali autorzy, oraz z ustalenia, że problemy, które zostały sformułowane, nie przetrwały badań empirycznych.

Do niewątpliwych zalet tego testu należy ukrycie celu badania, dzięki czemu można uniknąć podatności na wpływ aprobaty społecznej i związanej z nią próby wywierania dobrego wrażenia, co – jak wiadomo – może zniekształcać wyniki. W samoopisowych testach osobowości osoby badane mogą celowo zniekształcać swoje odpowiedzi, aby uniknąć opisywania siebie w negatywny sposób (Heneman, Heneman i Judge, 1997). Ponadto, ponieważ niektóre odpowiedzi są prawie niemożliwe do zweryfikowania, może wystąpić fałszowanie lub zniekształcanie odpowiedzi (Dwight i Alliger, 1997; Kroger i Wood, 1993; Moore i Stewart, 1989; Rosse, Stecher, Miller i Levin, 1998).

Test CRT–A, stworzony przez autorów, koncentruje się na jednym z elementów modelu – gotowości do agresji – i pozwala na jej pośredni pomiar. Stworzenie takiego systemu ma swoje uzasadnienie. Jak zauważył Schwarz (1999), inwentarze samoopisowe służą jako główne źródło danych w psychologii osobowości. Ich tematyka koncentruje się na świadomych procesach i strukturach poznawczych, dotyczących m.in. przypisywanych sobie motywów działania, wartości, przekonań, celów, zainteresowań i postaw (Greenwald i Banaji, 1995; McClelland, Koestner i Weinberger, 1989). Hogan, Hogan i Roberts (1996) sugerują, że samoopisy dostarczają podstaw dla ważnych elementów osobowości, takich jak koncepcje własnego Ja i opinie o samym sobie, niezależnie od tego, czy ich dokładność jest zagrożona przez potrzebę wywierania pozytywnego wrażenia.

Test CRT–A z założenia nie powinien być narażony na utrudnienia, które często pojawiają się podczas stosowania metod samoopisowych, takie jak nieadekwatna autopercepcja (Dunning, Heath i Suls, 2004; McClelland, Koestner i Weinberger, 1989; Nisbett i Wilson, 1977) lub udawanie (Ellingson, Sackett i Hough, 1999; Leary i Kowalski, 1990; Morgeson i in., 2007; Rosse i in., 1998; Snell, Sydell i Lueke, 1999; Zickar i Robie, 1999). Badania wykazały (LeBreton, Barksdale, Robin i James, 2007), że uczestnicy, poproszeni o dostarczenie społecznie pożądanych reakcji, nie są w stanie tego zrobić, kiedy wierzą, że CRT–A mierzy logikę myślenia. Równocześnie uczestnicy, którzy znali przeznaczenie

testu, byli w stanie fałszować odpowiedzi w celu osiągnięcia bardziej społecznie pożądanego wyniku. Tak więc CRT–A, gdy jest używany zgodnie z przeznaczeniem, nie jest tak łatwy do zmanipulowania jak tradycyjne samoopisowe miary osobowości.

Stopień, w jakim wyniki tego testu korelują istotnie ze wskaźnikami zachowań agresywnych, został ustalony w badaniach trafności empirycznej i teoretycznej. Wyniki potwierdzają, że niejawna poznawcza gotowość do agresji koreluje istotnie z behawioralnymi wskaźnikami agresji. Te trafności przewyższają zakres współczynnika korelacji od 0,20 do 0,30, występujący zwykle w badaniach z wykorzystaniem metod samoopisowych, i przekraczają zakres od 0,04 do 0,31 prezentowany w wielu badaniach z wykorzystaniem samoopisów, dotyczących agresji, niskiej ugodowości i wrogości (Burroughs i James, 2005).

Przewidywania autorów dotyczące niskiej korelacji z samoopisami oraz większej trafności niż metody samoopisowe zostały potwierdzone. Oczekiwano, że korelacje między samoopisowymi miarami agresji i CRT–A będą w najlepszym razie niewielkie. To oczekiwanie zostało oparte na założeniu, że za pomocą tych dwóch metod są mierzone różne aspekty agresji. Wyniki odzwierciedlające niejawną poznawczą gotowość do agresji są skorelowane jedynie w niewielkim stopniu, i często nieistotnie, z samoopisowymi miarami agresji. Korelacje wskazują, że skale CRT–A dzielą nie więcej, a zazwyczaj mniej, niż 7% wariancji z metodami samoopisowymi. Wynika stąd, że jeśli np. wielu lub większość agresywnych uczniów ma tendencję do racjonalizacji swojej agresywności, wówczas będziemy mieć trudności z rozróżnieniem uczniów agresywnych od nieagresywnych za pomocą miar samoopisowych. Mają też ograniczenia w zakresie możliwości przewidywania na podstawie ich wyników, który z uczniów najprawdopodobniej zaangażuje się w akty agresji. Warunkowe miary rozumowania, w przeciwieństwie do samoopisów, są zaprojektowane tak, aby określać, które osoby badane opierają się na mechanizmach usprawiedliwiających agresję, a które nie (James i McIntyre, 2000).

Z powodu ich niedostępności, niejawne treści poznawcze nie mogą być oceniane na podstawie samoopisu (Greenwald i Banaji, 1995; Nisbett i Wilson, 1977). Greenwald i Banaji (1995, s. 5) wykazali, że „pośrednie miary są niezbędne z teoretycznego punktu widzenia" w badaniu tych treści. Autorzy stwierdzili ponadto, że „badanie niejawnych treści

poznawczych wymaga miar pośrednich, które nie informują osoby badanej, co podlega ocenie, ani nie wymagają samoopisów dotyczących przedmiotu badania" (tamże). Podobnie swój pogląd wyrazili Winter i współpracownicy (1998, s. 232), twierdząc, że „motywy (jak i inne treści poznawcze), mogą być często ukryte, czyli niedostępne świadomości, a zatem mierzalne jedynie dzięki sposobom pośrednim".

Miary pośrednie „są identyfikowane głównie poprzez brak cechy, którą posiadają miary bezpośrednie, czyli poprzez nieinformowanie osoby badanej o charakterze mierzonej zmiennej" (Greenwald i Banaji, 1995, s. 8). CRT–A reprezentuje nową, efektywną formę pośredniego pomiaru różnic indywidualnych w gotowości do agresji.

Prezentowane narzędzie nie jest jednak pozbawione wad. Maskowanie celu badania powoduje konieczność wprowadzenia osoby diagnozowanej w błąd, a następnie nie jest możliwe wyjaśnienie, czego badanie naprawdę dotyczyło, ze względu na ochronę narzędzia, którego ujawnianie doprowadziłoby w krótkim czasie do utraty użyteczności. Naruszona zostaje przez to zasada etyczna, określona w 1981 roku przez American Psychological Association (Brzeziński, 1997), mówiąca o tym, że po skończeniu badania badacz musi wyjaśnić osobie badanej jego cel, szczególnie gdy osoba badana została wcześniej wprowadzona przez niego w błąd. W związku z tym CRT–A nie powinien służyć do diagnozy indywidualnej, może być natomiast wykorzystywany z powodzeniem do celów badawczych. Wadą testu CRT–A jest również brak możliwości badania gotowości do przejawiania konkretnych form agresji interpersonalnej, wyróżnianych przez teoretyków (Krahé, 2006; McCloskey i Coccaro, 2003).

Można mieć również pewne zastrzeżenia do struktury testu. Błąd fałszywej winy jest reprezentowany tylko przez jeden problem (nr 10), ponadto niektóre itemy, które wydają się należeć do danej kategorii, według autorów testu należą do innej. I tak problem nr 3 (spóźnianie się Jana na spotkania z Piotrem, zob. tabela 3) został uznany za przykład błędu wiktymizacji, chociaż narzuca się potraktowanie go jako błędu atrybucji wrogości. Nie ma to jednak wpływu na ostateczny wynik uzyskany w teście.

Za wadę można również uznać brak uwzględnienia polskiej specyfiki w tłumaczeniu testu, które jest, podobnie jak oryginał, dostosowane do warunków amerykańskich. Na przykład: „Nowe technologie zmieniły

miejsca pracy w Ameryce. Zawód, który jest wykonywany dzisiaj, jutro może zniknąć. Ludzie nie mogą już oczekiwać, że będą wykonywali tę samą pracę przez dość długi czas. Równocześnie pojawia się wiele nowych zawodów" (problem nr 9), „Coraz więcej ludzi ma pozwolenie na broń palną. Większość z nich twierdzi, że potrzebuje broni do własnej obrony" (problem nr 15), „W ciągu ostatnich 15 lat samochody amerykańskie coraz bardziej zyskiwały na jakości. Amerykańscy producenci zaczęli wytwarzać lepsze samochody, gdy konkurencja ze strony producentów japońskich stawała się zbyt silna. Wielu amerykańskich nabywców myślało, że zagraniczne samochody były lepiej wykonane" (problem nr 16), „W wielu dużych miastach powstają gangi. Gangi często walczą o terytorium, sprzedają narkotyki oraz walczą ze sobą. W walkach tych często giną członkowie gangu. Niewielu sprawców zabójstw jest wykrywanych" (problem nr 20). Nie jest to jednak czynnik, który mógłby znacząco wpływać na wyniki, ponieważ sposób rozumowania jest niezależny od prezentowanej w problemie sytuacji. CRT–A wydaje się nieczuły na kontekst sytuacyjny, a tym samym niepodatny na celowe zniekształcenie odpowiedzi (Le-Breton i in., 2007).

1.5 Podsumowanie

Wśród teorii agresji Krahé (2006) wyróżnia koncepcje biologiczne oraz psychologiczne. Ogólne nurty, do których można przypisać poszczególne koncepcje, to nurt hydrauliczny, frustracyjny, ewolucyjny, uczeniowy i społeczny.

Badacze, w zależności od przyjętej perspektywy, koncentrują się na różnych aspektach zjawiska agresji, akcentując jego odmienne elementy na poziomie fizjologicznym, behawioralnym, emocjonalnym lub poznawczym. Ponadto zjawisko to można analizować na dwóch poziomach: może być rozpatrywane w kategoriach procesu, wówczas agresją nazywa się szczególny rodzaj czynności realizowanych przez ludzi, jak również w kategoriach struktury – jako szczególny rodzaj właściwości przypisywanych osobie. Uzasadnione jest więc odróżnienie czynności agresywnych (agresji) i agresywności (Frączek, 1975).

Definicja agresji została przeformułowana na potrzeby niniejszej pracy na podstawie aktualnie najpopularniejszej definicji zaproponowanej przez Barona i Richardsona (1994), tak aby obejmowała wszystkie rodzaje agresji interpersonalnej:

> Agresja to każda forma zachowania (lub powstrzymanie się od niego), powodująca lub mająca spowodować szkodliwe konsekwencje dla podmiotu będącego obiektem agresji lub podmiotu zastępczego, której celem jest zadanie bólu, wyrządzenie szkody fizycznej i/lub psychicznej innej żywej istocie, motywowanej do uniknięcia takiego potraktowania, lub osiągnięcie innego celu.

W niniejszej pracy określenia *zachowanie agresywne* i *agresja* będą używane zamiennie. W centrum zainteresowania znajdzie się natomiast *agresywność*, nazywana również *gotowością do agresji*, która na potrzeby tej pracy zdefiniowana została jako „poznawcza i emocjonalna gotowość do agresywnego zachowania, obejmującego różne rodzaje agresji, mogąca realizować się w nich". Gotowość poznawcza jest kluczowym terminem w modelu agresji Jamesa i McIntyre'a (2000), natomiast gotowość emocjonalną można utożsamiać z agresywną wrogością z pięcioczynnikowej teorii osobowości Costy i McCrae (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). Pod uwagę będą brane rodzaje agresji wyodrębnione przez Krahé (2006), która wśród istniejących form zachowań agresywnych wyodrębniła dziewięć ogólnych kategorii. Klasyfikacja dokonana przez badaczkę obejmuje wszystkie występujące rodzaje agresji: każda z jej form może zostać przyporządkowana do przynajmniej jednej z wyodrębnionych kategorii. Dzięki temu jest to system klasyfikacji skończony i wyczerpujący, a więc szczególnie przydatny w badaniach.

Model agresji Jamesa i McIntyre'a (2000), na którym będzie się opierać niniejsza praca, został potwierdzony w wielu badaniach oraz stał się podstawą do powstania aktualnie najlepszej skali do badania agresywności – *Testu rozumowania* (*the Conditional Reasoning Test for Aggression*, CRT–A). Jeden z trzech elementów modelu, niejawna poznawcza gotowość do agresji, jest istotnym czynnikiem wymagającym badań, ponieważ poziom gotowości przekłada się bezpośrednio na realne działania o charakterze agresywnym (James, 1998; James i LeBreton, 2010; James i McIntyre, 2000; James i in., 2004). Kolejnym modelem

wykorzystanym w pracy jest szczególnie przydatny do badań nad agresywnym zachowaniem model pięcioczynnikowy (PMO) i skonstruowany na jego podstawie *Inwentarz osobowości NEO-PI-R* Costy i McCrae (Costa i McCrae, 1995; McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006).

Agresywność może być mierzona za pomocą różnych metod, z których najbardziej wiarygodnym i praktycznym sposobem jest analiza jej przejawu pod postacią gotowości do agresji. *Test rozumowania* Jamesa i McIntyre'a jest najnowszym sposobem identyfikacji osób, które z wysokim prawdopodobieństwem angażują się w agresywne i szkodliwe zachowania. Dzięki podejściu poznawczemu, możliwy jest pośredni pomiar agresywności, a badanie osobowości poprzez analizowanie ukrytych mechanizmów poznawczych, zamiast opisów zachowania, pozwala na uniknięcie błędu aprobaty społecznej. Przedstawione narzędzie nie jest jednak pozbawione wad. Maskowanie celu badania powoduje konieczność wprowadzenia osoby diagnozowanej w błąd, a następnie nie jest możliwe wyjaśnienie, czego badanie naprawdę dotyczyło, ze względu na ochronę narzędzia, którego ujawnianie doprowadziłoby w krótkim czasie do utraty jego użyteczności (Brzeziński, 1997). Wadą testu CRT–A jest również brak możliwości badania gotowości do przejawiania konkretnych form agresji interpersonalnej, wyróżnianych przez teoretyków (Krahé, 2006; McCloskey i Coccaro, 2003).

Ze względu na wymienione ograniczenia istnieje potrzeba stworzenia narzędzia, które umożliwi badanie wszystkich form agresji interpersonalnej, będącego jednocześnie pośrednią miarą agresywności, oceniającą niejawne treści poznawcze, charakteryzującą się mniejszymi niż metody samoopisowe ograniczeniami i wadami, takimi jak podatność na wpływ aprobaty społecznej. W związku z tym w niniejszej pracy postawiono pytanie o przydatność analizy marzeń sennych w osiągnięciu tego celu.

2. Agresja w marzeniach sennych

2.1 Definicje marzeń sennych

Podobnie jak w przypadku psychologii agresji, brak konsensusu w dziedzinie badań snu i marzeń sennych znajduje odzwierciedlenie w braku powszechnie akceptowanej definicji. Stąd w badaniach nad marzeniami sennymi, podobnie jak w tych nad agresją, stosowanych jest wiele różnych, często wykluczających się, definicji tego zjawiska. Pagel (1999) po dokonaniu przeglądu artykułów w czasopiśmie *Dreaming* wykazał, że autorzy przywoływali definicje snu jedynie w 11,5% artykułów, przy czym dało się zauważyć między nimi pewne podobieństwa, ale było ich niewiele.

W *Słowniku języka polskiego PWN* wersja 1.0 (2004) sen definiowany jest na dwa sposoby: jako „stan fizjologiczny, umożliwiający organizmowi wypoczynek i odbudowę sprawności roboczej wszystkich narządów, polegający na obniżeniu wrażliwości na bodźce, zniesieniu aktywności ruchowej, zwolnieniu czynności serca, oddychania i innych funkcji fizjologicznych oraz czasowym zaniku przytomności; spanie" oraz jako „to, co się śni śpiącemu, obraz widziany w czasie spania; marzenie senne". Według *Słownika języka polskiego PWN* (Szymczak, 1992) marzenie senne to występujący podczas snu bezładny ciąg myśli i wyobrażeń. Podobnie w definicji wywodzącej się od Arystotelesa, marzenie senne to aktywność umysłowa występująca podczas snu (Pagel i in., 2001).

Definicje psychologiczne dotyczą takich aspektów, jak kontinuum jawy i snu, przypominanie snów oraz treść marzeń sennych. Często koncentrują się na sugerowanej funkcji marzeń sennych, a ich treść zależy od przyjętej perspektywy. Wyróżnia się podejście psychoanalityczne, ewolucyjne, neuropsychologiczne (w tym neuropoznawcze) oraz poznawcze (Pagel i in., 2001).

Pod koniec XIX wieku powszechnie uważano, że sny są reakcjami na bodźce zewnętrzne lub wewnętrzne, które najczęściej występują podczas procesu przebudzenia i są krótkotrwałe (Domhoff, 2003). Pierwszą w dziedzinie psychologii i psychiatrii próbę sformułowania systematycznej teorii, dotyczącej funkcji i procesów zaangażowanych w sen i marzenia senne, podjął Freud (Fisher i Greenberg, 1996), będący jednocześnie pierwszym na gruncie psychologii twórcą systemu interpretacji snów (Vedfelt, 1998). Psychoanalityczna definicja marzeń sennych również pochodzi od Freuda, który stwierdził, że „sen jest spełnieniem pragnień" (Freud, 1900/2010, s. 147). Definicja ta została powszechnie przyjęta w kulturze popularnej. W psychoanalitycznych koncepcjach marzenie senne postrzegane jest za Freudem (1900/2010, s. 253) jako „strażnik snu" pełniący funkcję ochronną, pozwalając na ekspresję stłumionych, nieświadomych pragnień, lecz bez zakłócania snu. Freud utrzymywał, że marzenie senne pełni ważną funkcję psychologiczną, a jego treść nie jest przypadkowa ani pozbawiona znaczenia. Nacisk jest położony na procesy nieświadome, leżące u podłoża marzeń sennych. Na jawie nieświadome, stłumione pragnienia (często o naturze seksualnej) są zatrzymywane przez cenzurę, która uniemożliwia im przedostanie się do świadomości. Treść snu jest kompromisem między nieświadomością a mechanizmami obronnymi ego: pozwala wypartym impulsom popędowym znaleźć zaspokojenie w aktywności wyobrażeniowej, ochraniając jednocześnie świadomość przed myślami, które mogłyby prowadzić do przebudzenia. Marzenia senne spełniają więc dwie funkcje: spełniania pragnień jako symboliczna, zastępcza forma zaspokojenia popędów id oraz zachowania ciągłości snu.

Źródłem energii snów są natomiast dziecięce impulsy seksualne (Vedfelt, 1998). Freud (1900/2010, 1917/2010) jako pierwszy wykorzystywał pracę nad marzeniami sennymi w terapii – za pomocą metody wolnych skojarzeń. Według Freuda, dzięki terapii tą metodą możliwe jest dotarcie do nieświadomych, stłumionych lub wypartych impulsów ujawniających się w snach, które prowadzą do powstawania zaburzeń. Freud przyjął jednak, że przy interpretowaniu marzeń sennych trzeba stosować *zasadę kontrastu*, tzn. że każdy element snu może reprezentować zarówno swoje przeciwieństwo, jak i siebie. Podczas gdy w niektórych przypadkach dostrzegał zahamowanie i wyparcie uczuć w danym śnie, innym razem wskazywał na całkowite ich odwrócenie (Vedfelt, 1998).

Marzenia senne stanowią jedno z centralnych pojęć w psychoanalitycznej teorii osobowości, kontynuatorzy Freuda również przypisywali im psychologiczne znaczenie. Jung (1967, 1993, 1999) wskazywał na istotną rolę snów w rozwoju jednostki, traktując śnienie jako rodzaj psychoterapii, ponieważ śnienie o obecnych obawach może prowadzić do integracji i tworzenia nowych powiązań pomiędzy ostatnimi a starszymi wspomnieniami. Sprzeciwił się natomiast założeniu Freuda, że znaczenie snów jest celowo ukryte, twierdząc, że sny są naturalnym i bezpośrednim wyrazem obecnych problemów i obaw śniącego. Jung wyróżnił ponadto obiektywny i subiektywny poziom znaczenia snów. Ten pierwszy związany jest z codzienną aktywnością w świecie zewnętrznym, taką jak spotkania z ludźmi, wydarzenia i działania. Poziom subiektywny natomiast odnosi się do świata wewnętrznego, myśli i uczuć śniącego, których personifikacją mogą być postacie w snach. Jung krytykował Freuda za skupienie się jedynie na obiektywnym poziomie znaczenia snów, podczas gdy poziom subiektywny był przez niego zaniedbywany. Uważał, że istotą marzeń sennych jest przedstawienie ujętego w symboliczną formę, spontanicznego autoportretu aktualnej sytuacji nieświadomej, w tym ukazanie obu poziomów życia osoby śniącej. Uważał, że mamy trudności ze zrozumieniem snów na jawie, ponieważ nieświadomość posługuje się własnym językiem, obejmującym obrazy, metafory i symbole (Jung, 1967; Sayed, 2011). W jego koncepcji marzenie senne stanowi powszechną, naturalną i bezpośrednią formę ekspresji nieświadomości. Definiowane jest jako fragment niezamierzonej aktywności psychicznej, której silne oddziaływanie na świadomość pozwala na odtworzenie jej w stanie czuwania (Hołda i Szmigielska, 2011; Sayed, 2011; Vedfelt, 1998). Według Junga (1967), marzenia senne służą dwóm funkcjom: po pierwsze, kompensacji nierównowagi w psychice śniącego, poprzez wyrażanie nieświadomych treści, które zostały aktywnie stłumione, zignorowane lub zdewaluowane. Innymi słowy, zjednoczeniu świadomości i nieświadomości w harmonijną całość w procesie indywiduacji. Po drugie, służą dostarczeniu obrazów przyszłości. Nie chodzi jednak o przewidywanie przyszłości, a o ukazanie możliwości i oczekiwań, co może ona przynieść śniącemu. Oprócz wyrażania osobistej treści, marzenia senne mogą również odzwierciedlać zbiorowe lub uniwersalne treści w formie archetypów (mądrości pochodzącej z nieświadomości), które mogą kierować osobą śniącą w celu osiągnięcia

jedności (Sayed, 2011). Adler (1936) natomiast wskazywał na istotną rolę snów w przepracowywaniu problemów pojawiających się na jawie i poszukiwaniu ich rozwiązania.

Psychoanalityk Solms (1997, 2001) oparł swoją teorię marzeń sennych na badaniach kliniczno-anatomicznych pacjentów cierpiących na szeroki zakres urazów mózgu. Chociaż poparł pogląd Freuda na marzenie senne jako strażnika snu, nie przypisywał jednak żadnych funkcji do konkretnych treści snu, traktując je jako dziwaczne halucynacje, błędnie interpretowane jako rzeczywiste spostrzeżenia, ze względu na osłabione procesy mózgowe. Nie sprzeciwiał się jednak istnieniu funkcji snu jako takiej, ale raczej uznawał, że obecnie nie ma jasnych elektrofizjologicznych korelacji i w związku z tym funkcja biologiczna marzeń sennych pozostaje nieznana (Sayed, 2011; Solms, 1997, 2000). Za współczesną psychiatryczną definicję marzeń sennych można uznać „dziwaczną lub halucynacyjną aktywność umysłową występującą na kontinuum, które przebiega od snu do jawy" (Pagel i in., 2001, s. 197).

Autorzy teorii ewolucyjnych stoją ogólnie na stanowisku, że treść marzeń sennych ma adaptacyjną funkcję biologiczną, która może ułatwić przetrwanie jednostki i przedłużenie naszego gatunku. Wśród modeli ewolucyjnych wyróżnia się teorię symulacji zagrożenia (*the Threat-Simulation Theory*, TST) Revonsuo (2000) oraz jej rozwinięcie – model społecznego uczenia się (Franklin i Zyphur, 2005), a także teorie, które przypisują treści snu adaptacyjną funkcję, przez symulowanie środowiska śpiącego, co pozwala na rozwiązywanie problemów intelektualnych lub emocjonalnych.

Revonsuo (2000) uznaje za podstawową funkcję marzenia sennego ćwiczenie się w radzeniu sobie z sytuacjami zagrażającymi, w tym z agresją. Stąd śnienie to, według badacza, mechanizm symulacji zagrożenia, ukształtowany wskutek nacisków selekcyjnych podczas ewolucji człowieka. Marzenie senne jest również definiowane jako rodzaj próby, przygotowującej do skuteczniejszego unikania zagrożeń ze strony środowiska. Sytuacje odgrywane we śnie mają za zadanie oswoić nas z możliwością zaistnienia podobnych wydarzeń na jawie oraz przygotować na wykonanie adekwatnej reakcji w momencie ich wystąpienia. Takie rozumienie marzeń sennych ma uzasadnienie ewolucyjne: zagrożenia we śnie, ciągle powtarzane w różnych konfiguracjach i formach, miały uchronić naszych przodków przed bezradnością w obliczu

realnego niebezpieczeństwa (Revonsuo i Valli, 2000). Śnienie stwarza więc przewagę adaptacyjną, umożliwiając symulację i próbę unikania niepożądanych zachowań (Revonsuo, 2000). Późniejsza definicja marzenia sennego tego autora zawiera ponadto odniesienie do świadomości: „subiektywne zjawisko występujące w świadomości, wytwarzane przez mózg przy braku lub z minimalnym udziałem zewnętrznej stymulacji sensorycznej" (Revonsuo i Tarkko, 2002, s. 4). Tym samym uznaje marzenie senne za subiektywne, świadome doświadczenie występujące podczas snu (Revonsuo, 2003).

Psychologowie Franklin i Zyphur (2005) rozszerzyli definicję Revonsuo (2000) o stwierdzenie, że marzenia senne pozwalają również na próby interakcji w sytuacjach społecznych. Uważają oni, że sny odzwierciedlają ogólne mechanizmy rzeczywistego ćwiczenia się w danej umiejętności, co wywiera korzystny wpływ na poprawę funkcjonowania zdolności poznawczych wyższego rzędu, związanych z umiejętnościami społecznymi.

W podejściu ujmującym śnienie jako rozwiązywanie problemów marzenie senne pełni funkcję wspierającą psychiczny dobrostan, pozwalając śniącemu na dostosowanie się i poradzenie sobie z aktualnymi problemami emocjonalnymi lub intelektualnymi w życiu na jawie (Sayed, 2011). Perspektywa ta jest zgodna z wieloma teoriami, których autorzy dostrzegają adaptacyjną funkcję śnienia.

Breger (1967) podkreśla funkcję rozwojową marzeń sennych u dzieci, ułatwiającą im ćwiczenie się w umiejętności rozwiązywania problemów, za pomocą twórczego myślenia podczas snu. Twierdzi, że funkcją marzeń sennych, zarówno u dzieci, jak i u osób dorosłych, jest znalezienie rozwiązań bieżących problemów emocjonalnych. Sen jest idealnym stanem do radzenia sobie z materiałem emocjonalnym, dzięki występującemu podczas snu „kreatywnemu otwarciu systemów pamięci" (Breger, 1967, s. 25).

Cartwright (1991) proponuje traktować sny jako rodzaj naturalnej terapii, działającej na zasadzie odnoszenia nowych problemów do utrwalonych wzorców ich rozwiązywania, które zadziałały w przeszłości śniącego. Marzenia senne mają powodować spojrzenie na problem w bardziej pozytywnym świetle, są więc regulatorami nastroju.

Na podobną funkcję marzeń sennych wskazuje Kramer (1993), uznając je za „selektywną regulację nastroju" – mechanizm mający na celu

ochronę snu przed przypływem emocji. Jeśli nie uda się go powstrzymać, śpiący budzi się, jeśli natomiast zostanie powstrzymany, w marzeniu sennym pojawia się problem i próby jego rozwiązania.

W koncepcji Hartmanna (1996) marzenie senne pełni funkcję terapeutyczną, dzięki przekładaniu emocji na obrazowe metafory, jak również funkcję tworzenia adaptacyjnych zmian w pamięci, które będą użyteczne w przyszłości.

Barrett (2007) natomiast definiuje śnienie jako myślenie w odmiennych stanach biochemicznych. W czasie snu nadal pracujemy nad rozwiązaniami problemów pochodzących z życia na jawie, dzięki żywej wizualizacji i nieschematycznemu myśleniu.

Definicje neuropsychologiczne odwołują się do procesów mózgowych, odpowiedzialnych za powstawanie marzeń sennych. Najwcześniejsze z nich określają marzenie senne jako sen REM – korelat elektrofizjologiczny marzenia sennego (Pagel, 2003). Nowsze badania stawiają jednak tę definicję pod znakiem zapytania: jak pokazują dane z badań laboratoryjnych, marzenia senne mogą występować zarówno w stadium REM, jak i nREM (Hobson, Pace-Schott i Stickgold, 2003b; Nielsen, 2003). Ponadto nie każdy rodzaj śnienia związany jest ze stadium REM, a także nie wszystkie wybudzenia ze stadium REM przynoszą relacje dotyczące snów (Solms, 2003).

Według Pagela i współpracowników (2001), marzenie senne nie powinno być definiowane wyłącznie jako nieświadomy stan elektrofizjologiczny. Śnienie jest częściowo doświadczeniem psychicznym, które może zostać opisane po przebudzeniu.

Według definicji zaproponowanej przez Moorcrofta (2003), aktywność umysłowa spoza stadium REM nie jest marzeniem sennym. Badacz uznał za marzenie senne całościowe doświadczenie umysłowe podczas snu, zawierające postaci wchodzące w interakcje przez określony czas, w następujących po sobie, oddzielnych, uporządkowanych i pozornie rzeczywistych, choć często dziwacznych, żywych obrazach lub scenach.

Hobson (2002, s. 6) proponuje neuropsychologiczną definicję marzeń sennych, określając je jako „doświadczenie w czasie snu spowodowane przez selektywną aktywację obwodów mózgowych leżących u podstaw emocji i selektywną dezaktywację obwodów mózgowych i neurohormonów leżących u podstaw pamięci, samoświadomości i logicznego rozumowania". Następnie ją uprościł (Hobson, 2002, s. 7): marzenie

senne to „aktywność umysłowa występująca podczas snu". Według autora marzenie senne charakteryzuje się żywymi wyobrażeniami sensomotorycznymi, doświadczanymi w ten sam sposób, jak rzeczywistość na jawie, pomimo takich wyróżniających je właściwości poznawczych, jak nieprawdopodobieństwo miejsca, czasu, działań i postaci. Podejście neuropoznawcze wyróżnia się uznawaniem marzeń sennych za efekt uboczny ewolucji takich procesów, jak śnienie i świadomość, bez zaprzeczania ich spójności lub posiadania znaczenia (Sayed, 2011). Reprezentuje je hipoteza aktywacji-syntezy Hobsona i McCarleya (1977), rozszerzona później przez Hobsona (2009) o pogląd uznający sen REM za rzeczywistość wirtualną, istniejącą w celu rozwijania i podtrzymania świadomości oraz innych funkcji mózgowych wyższego rzędu na jawie. Zrewidowana wersja hipotezy, model AIM (*activation, input, modulation*) Hobsona, Pace'a-Schotta i Stickgolda (2000), traktuje marzenia senne i śnienie jako zjawiska towarzyszące snowi REM. Odzwierciedlają one zmiany związane ze snem, występujące w mózgu, który próbuje stworzyć sensowne treści z przypadkowej wewnętrznej stymulacji. Sny są więc produktem przypadkowych sygnałów generowanych w pniu mózgu. Termin *marzenie senne* jest tu zarezerwowany dla aktywności umysłowej podczas snu, która ma charakter halucynacyjny, jest dziwaczna i silnie nacechowana emocjonalnie, a także ma strukturę narracyjną. Aktywność umysłowa, która nie spełnia tych kryteriów, nazwana została przez badaczy senną aktywnością umysłową (Hobson, Pace-Schott i Stickgold, 2003a).

Marzenie senne może być również traktowane jako produkt konsolidacji pamięci podczas snu REM i nREM. Teorie w tym nurcie sugerują, że połączenia neuronalne są wzmacniane przez sen, przy aktywacji struktury mózgu ważnej dla powstawania pamięci – hipokampa (Paller i Voss, 2004; Payne i Nadel, 2004; Stickgold i in., 2001).

W podejściu poznawczym definiuje się marzenie senne jako rodzaj aktywności umysłowej występującej podczas snu (Domhoff, 1999c; Foulkes, 1985; Giambra, Jung i Grodsky, 1996; Hall, 1953). Badacze związani z tym nurtem podkreślają poznawczą naturę procesu śnienia oraz podobieństwo procesów psychicznych na jawie i we śnie.

Poznawczą definicję podaje między innymi Hall (1953, s. 273–274), według którego marzenie senne to „następstwo obrazów, głównie wizualnych, które są doświadczane podczas snu", obrazy te są „ucieleśnieniem

myśli", a więc „sen jest bardzo prywatnym seansem myśli śniącego". Sen jest więc rodzajem halucynacji doświadczanej jak zjawisko percepcyjne. Śnienie natomiast jest definiowane jako „myślenie, które występuje w czasie snu", a więc jako proces poznawczy. Autor określa śnienie jako aktywność poznawczą, a marzenie senne jako obrazową reprezentację koncepcji śniącego. Ponieważ sen składa się z koncepcji, które zostały przekształcone w obrazy, celem interpretacji snów jest odwrócenie tego procesu: obrazy są tłumaczone na jawne myśli. Interpretacja marzeń sennych, w ramach poznawczej teorii snów, powinna prowadzić do „odkrycia pojęć lub systemów pojęciowych śniącego", aby ostatecznie pozwolić zrozumieć śniącego, a nie tylko sam sen. Hall (1953) podkreśla kilka ważnych elementów, które powinny być brane pod uwagę podczas interpretacji marzenia sennego: działania i cechy indywidualne ujawniane podczas snu, postacie występujące w fabule snu, ich działania i cechy, rodzaj interakcji między wszystkimi postaciami we śnie, miejsce rozgrywania się akcji snu, przemiany następujące we śnie i ich wynik. Badacz zakłada, że w snach występują koncepcje dotyczące samego siebie, innych ludzi, świata, impulsów, zakazów i kar, jak również koncepcje problemów i konfliktów. Koncepcje te są zorganizowane w systemy pojęciowe, które leżą u podstaw zachowania. Ponadto, ponieważ nieświadome i prototypowe koncepcje znajdują odzwierciedlenie w snach, marzenia senne stanowią doskonały materiał do analizy systemów pojęciowych śniącego. Podobnie według Becka (2004, s. 28) „marzenie senne jest zjawiskiem wizualnym występującym podczas snu", a sny odzwierciedlają koncepcję siebie, świata i przyszłości (tzw. *triadę poznawczą*). W poznawczą koncepcję marzeń sennych wpisuje się również Foulkes (1985), według którego śnienie jest aktywnością umysłową, charakteryzującą się określonymi własnościami, zależną od specyficznego uporządkowania procesów poznawczych. Zdaniem Foulkesa, zarówno podczas czuwania, jak i we śnie, mamy do czynienia z tymi samymi procesami poznawczymi. Podobny pogląd prezentuje Hill (2000), uznając sny za kontynuację myśli na jawie, których znaczenie ma charakter osobisty.

Według Domhoffa (2010), śnienie jest produktem ubocznym rozwijania specyficznych zdolności poznawczych. Pojęcie snu posiada trzy różne znaczenia. Po pierwsze, odnosi się do doświadczenia pojawiającego się podczas snu (sen doświadczony), po drugie, do tego, co zostało

zapamiętane po przebudzeniu (sen zapamiętany) oraz po trzecie, do tego, co jest relacjonowane innym osobom (opisy marzeń sennych, np. „Miałem taki sen…" lub „Dzisiaj w nocy śniło mi się, że…"). Treść marzeń sennych dotyczy natomiast tego, co znajduje się w raporcie. Jedynie zrelacjonowane marzenie senne ma status obiektywny i publiczny, według badacza, ponieważ nie ma możliwości dotarcia do tego, co się śni danej osobie, ani do tego, co pamięta ze snu, dopóki o tym doświadczeniu nie opowie (Domhoff, 1996). Tylko udostępniony raport z marzeń sennych może być przedmiotem analiz (Hall i Van de Castle, 1966).

Marzenie senne może być również definiowane jako subiektywne doświadczenie występujące podczas snu (Farthing, 1992) lub jako subiektywne i świadome doświadczenie występujące podczas snu (Revonsuo, 2003). Także jako seria wyobrażeń pojawiających się podczas snu, relacjonowanych w formie narracji (Krippner, Gabel, Green i Rubien, 1994), lub jako doświadczenie umysłowe, które może zostać zrelacjonowane podczas stanu czuwania (Domhoff, 1996; Pagel i in., 2001).

Wspólne założenie, jakie wyłania się z przedstawionych definicji, sprowadza się do stwierdzenia, że marzenie senne jest subiektywnym doświadczeniem występującym podczas snu, lecz jego szczegółowe charakterystyki oraz korelaty fizjologiczne pozostają dyskusyjne. Na potrzeby niniejszej pracy, *marzenie senne* zdefiniowano za Hołdą i Szmigielską (2011, s. 48) jako „subiektywne doświadczenie występujące podczas snu, które zostało zapamiętane po obudzeniu i może zostać zrelacjonowane w formie ustnej lub pisemnej".

2.2 Przegląd teorii agresji w marzeniach sennych

Koncepcje nurtu psychologicznego zakładają, że sny są znaczące, ponieważ dostarczają informacji o śniącym: jego przeszłości, uczuciach, myślach oraz cechach osobowości. Wynika to z przekonania o wewnętrznym, psychologicznym pochodzeniu marzeń sennych, których źródłem są różne sfery psychiki człowieka, takie jak nieświadomość, procesy poznawcze, pamięć lub wyobraźnia. Wśród przekonań na temat marzeń sennych, należących do nurtu psychologicznego, wyróżnić można dwa rodzaje koncepcji: postulujące nieświadomy charakter snów oraz

zakładające ciągłość procesów psychicznych na jawie i we śnie. Wśród uwarunkowań treści snów, w ramach hipotezy ciągłości, wymieniane są cechy osobowości oraz doświadczenie na jawie (Hołda i Szmigielska, 2011). Pomiędzy badaczami snu brakuje konsensusu w kwestii istotnej z perspektywy niniejszej pracy, a więc definicji agresji występującej w marzeniach sennych oraz jej funkcji.

W 1920 roku Freud wprowadził do swojej teorii, zapożyczone od Adlera, pojęcie instynktu agresji, powiązanego z seksualnością, ale podrzędnego wobec niej, co znalazło zastosowanie w praktycznej analizie snów. U Freuda (1900/2010, 1920/1997) agresja w snach jest przejawem tego wrodzonego, destrukcyjnego instynktu, szukającego ujścia. Tłumione pragnienia, głównie o charakterze seksualnym, ale również agresywne, szukając spełnienia, ukrywają się w treści snu w niejasnych, dziwacznych obrazach. Dzięki temu treść ocenzurowanych impulsów popędowych nie dochodzi do świadomości śniącego, a poprzez to nie dochodzi do jego wybudzenia. Seksualność i agresja są ze sobą ściśle związane w teorii Freuda, seksualne znaczenie przypisywane jest treściom o wyraźnie agresywnej konotacji, takim jak pistolet, miecz lub siekiera. W koncepcji psychoanalitycznej jednak nawet pozornie niewinny fiołek może być sennym symbolem przemocy seksualnej, ponieważ jego nazwa po łacinie brzmi *viola* i jest podobna do angielskiego słowa *violate,* oznaczającego *gwałcić*.

Emocje występujące w snach są, według Freuda (1900/2010, 1920/1997), często nieadekwatne do danego przeżycia, np. to, co na jawie powodowałoby złość, we śnie może powodować śmiech lub inną przeciwstawną emocję. Dlatego przy analizie snów należy niekiedy stosować zasadę kontrastu, tzn. każdy element snu może być interpretowany jako dosłowna reprezentacja lub jako swoje przeciwieństwo. Nie można więc jednoznacznie zinterpretować złości, gniewu lub wrogości we śnie jako przejawu agresji na jawie.

Źródłem energii snów są więc popędy, natomiast źródła treści snów doszukuje się Freud (1900/2010, 1920/1997) po pierwsze, w bodźcach pochodzących z ciała, które według niego rzadko mają wpływ na treść snów; po drugie, w przeżyciach dnia poprzedniego (obojętnych i ważnych, mających znaczenie psychologiczne), które są powszechne i mogą znajdować się w każdym śnie, oraz po trzecie, w dzieciństwie. Marzenia senne pojawiają się dzięki tzw. *pozostałości dnia,* czyli doświadczonym

w ciągu dnia problemom, zmartwieniom, niespełnionym życzeniom lub dzięki materiałowi obojętnemu, powiązanemu z wypartymi potrzebami, w tym również agresywnymi, zawartymi w podświadomości. Obrazy z dnia codziennego, zawarte w treści marzeń sennych, pozwalają powiązanym, ukrytym treściom na obejście cenzora snu i ekspresję. Dzięki wolnym skojarzeniom z każdym z elementów snu może zostać ujawnione jego prawdziwe znaczenie i leżące u podstaw stłumione pragnienie. Freud twierdził, że wybudzenie jest wynikiem niepowodzenia marzenia sennego, aby w wystarczającym stopniu ukryć nieświadome, stłumione pragnienie, wywołując w ten sposób czujność cenzora. Oznacza to, że prawdziwą funkcją snu i marzeń sennych, według Freuda, jest zachowanie snu w obliczu nieświadomego zapotrzebowania na emocje (Sayed, 2011). Treść snu nie jest więc, według Freuda, przypadkowa ani pozbawiona znaczenia, ale raczej odzwierciedla skomplikowaną aktywność umysłową, kierującą się własnymi prawami, łącząc się ściśle ze świadomymi procesami intelektualnymi (Vedfelt, 1998).

Koncepcja Freuda była szeroko krytykowana przez kolejne pokolenia badaczy snu i marzeń sennych. Freudowi zarzucano brak dowodów na: działanie „pracy marzenia sennego", czyli przekształcania i ukrywania jego prawdziwej treści; twierdzenie o nieodpowiedniości emocji w stosunku do treści snów; na to, że treść marzenia sennego jest zazwyczaj nierealistyczna lub dziwaczna; że marzenia senne najczęściej przedstawiają tłumione nieświadome pragnienia natury seksualnej; że marzenia senne rzadko zostają zapamiętane po przebudzeniu, ponieważ są aktywnie wypierane przez świadomy umysł; że marzenia senne służą spełnianiu pragnień, które zostały uznane za nieakceptowalne przez świadomy umysł, oraz że biologiczną funkcją marzeń sennych jest działanie jako „strażnik snu", umożliwiający ekspresję stłumionych, nieświadomych pragnień bez zakłócania snu (przebudzenia). Można natomiast przywołać wiele badań dowodzących wręcz przeciwnych zależności. Treść marzeń sennych zawiera więcej informacji o śniącym, niż można by zaakceptować, gdyby treść marzenia sennego była aktywnie ukrywana. Można również przewidzieć cechy osobowości danej osoby, związki, aktywność i preferencje kulturalne, wyłącznie na podstawie analizy treści jej marzeń sennych. Emocje są rzadko nieadekwatne w snach, a najczęściej odpowiednie w stosunku do treści snu. Marzenia senne stanowią jasny, spójny i szczegółowy opis realistycznej sytuacji,

w którą zaangażowany jest śniący i inne osoby biorące udział w zupełnie zwyczajnych zajęciach i zazwyczaj mówiące o nich. Istnieje niewiele dowodów na przewagę treści seksualnych w marzeniach sennych. Na podstawie czasu, jaki upłynął od wystąpienia marzenia sennego do momentu jego odtworzenia, długości i intensywności marzenia sennego, opisywanego po wybudzeniu podczas snu REM, można najlepiej przewidzieć, które marzenia zostaną odpamiętane następnego ranka. Ponadto odpamiętanie marzenia sennego jest związane z cechami osobowości, takimi jak Otwartość na doświadczenie w modelu pięcioczynnikowym (osoby o żywej wyobraźni, skłonne do fantazjowania i doświadczania stanu pochłonięcia, istotnie częściej pamiętają swoje sny). Założenie o funkcji spełniania pragnień w treści marzeń sennych nie uwzględnia występowania traumatycznych lub nawracających snów, takich jak powtarzające się koszmary, częste w zespole stresu pourazowego, oraz doniesień z badań o występowaniu negatywnych emocji w aż 80% treści marzeń sennych. Natomiast założenie o pełnieniu przez marzenie senne roli „strażnika snu" zostało obalone w badaniach, w których wykazano, że brak lub rzadkie śnienie nie wyklucza regularnego snu (Barrett, 1996; Bulkeley i Domhoff, 2010; Dement, 1960; Domhoff, 2003; Fisher i Greenberg, 1996; Foulkes, 1999; Hall i Van de Castle, 1966; Hobson, 2009; Hobson i in., 2000; Kales, Hoedemaker, Jacobson i Lichtenstein, 1964; Snyder, 1970; Trinder i Kramer, 1971; Watson, 2003). Można więc przyjąć, że koncepcja marzeń sennych Freuda opiera się w większości na niepotwierdzonych założeniach.

Prekursorem teorii poznawczej snów postulującej, że w marzeniach sennych objawia się osobowość śniącego, jest Adler (1935/1996, 1936). Zakładał on, że życie we śnie stanowi kontynuację życia na jawie: „Można dojść do wniosku, że sen i życie we śnie są odmianą życia na jawie, lub także, że życie na jawie jest odmianą snu" (Adler, 1938/1986, s. 231). Uznawał marzenie senne za jedną z ekspresji osobowości, obok m.in. myśli, uczuć, pamięci, wyobraźni, postawy, gestykulacji i charakteru pisma. Odrzucał przekonanie o dualizmie świadomości i nieświadomości, śnienia i jawy oraz myślenia sennego i świadomego, uznając marzenia senne za odbicie myśli i motywów przejawianych w stanie czuwania. Dzięki temu osobowość, którą można obserwować na jawie, ujawnia się również w snach (Lewis, 1998; Stevens, 1996; Vedfelt, 1998). Według Adlera, w snach nieświadomość może zostać uwikłana w tę

samą pracę nad rozwiązaniem problemu co na jawie, ale bez ograniczeń stawianych przez rzeczywistość. W ten sposób marzenia senne stają się kontynuacją rozważań i niepokoju doświadczanego w ciągu dnia, następuje również reorganizacja konfliktów między wartościami, ideałami i rzeczywistym doświadczeniem. Marzenia senne są więc drogą do odkrycia prawdziwych myśli, emocji i działań. W snach można wyraźnie dostrzec własne agresywne impulsy i pragnienia, jak również zrekompensować braki, własne niedociągnięcia i trudności istniejące w życiu na jawie. Na przykład gdy nie jest się w stanie stawić czoła realnej osobie, można ją zabić we śnie i uzyskać satysfakcję w bardziej akceptowalny społecznie sposób. Są więc marzenia senne ważnym narzędziem do uzyskiwania kontroli nad własnym życiem, a także do rozwiązywania problemów, dlatego, według Adlera, powinny być włączane do doświadczenia na jawie. Marzenia senne powinno się przywoływać i interpretować tak, aby można było lepiej zrozumieć własne problemy w życiu codziennym i umożliwić ich przepracowanie, a także przygotować się emocjonalnie do stawienia im czoła na jawie. Jest to możliwe dzięki wzbudzaniu przez sny silnych emocji, utrzymujących się po przebudzeniu. Adler zakładał ponadto, że osoby, które dobrze radzą sobie ze swoimi problemami na jawie, nie śnią, ponieważ śnienie nie jest im potrzebne do rozwiązywania problemów (Adler, 1936; Hołda i Szmigielska, 2011; Vedfelt, 1998).

Podobnie jak Adler do problematyki marzeń sennych odnosił się Fromm (1951/2009). Uważał on, że marzenia senne są ściśle związane z życiem na jawie, stanowiąc jego kontynuację. Marzenia senne, według Fromma, to wyraz działalności umysłowej w warunkach snu, podlegające prawom logiki, choć odmiennym niż w stanie czuwania. We śnie marzenia senne są jednak dla śniącego tak samo realne, jak doświadczenia na jawie i należy je traktować jako ważne informacje przekazywane nam samym przez nas samych. Według Fromma, wszystkie sny są znaczące, ponieważ zawierają przesłanie, które można odkryć. Ponadto człowiek nie śni o niczym, co by nie stanowiło ważnego przejawu jego życia wewnętrznego, nawet jeżeli prawdziwe znaczenie jest ukryte i wymaga interpretacji przekazu (Hołda i Szmigielska, 2011). W ten sposób poglądy Adlera i Fromma stanowią psychologiczno-filozoficzną podstawę dla późniejszego postawienia przez Halla i Nordby'ego (1972) hipotezy ciągłości.

O agresji w marzeniach sennych Fromm (1973/1999, s. 77) pisał: „W «prawdziwym życiu» jednostka wie, że jej zachowanie będzie miało określone konsekwencje. Może przeżywać fantazje dotyczące czyjejś śmierci, bardzo rzadko jednak przechodzi od tych fantazji do czynów. Wielu uwalnia te fantazje w snach, ponieważ w stanie snu fantazje nie pociągają za sobą realnych konsekwencji". Są więc agresywne marzenia senne wyrazem ukrytych popędów występujących na jawie i chociaż „przypadkowy sen o morderczej treści pozwala jedynie na jakościowe stwierdzenie, że istnieją takowe popędy" (tamże, s. 83), to ich częste występowanie pozwala na analizę ilościową.

Interesujące spojrzenie na pochodzenie agresywnych treści snów zaproponował Jung. Gniew, który nie ujawnił się dostatecznie w świadomości i w związku z tym pojawia się w treści snów, ma powiązania z psychogenną depresją. Klasyczny psychologiczny mechanizm depresji polega na tym, że początkowo złość lub gniew pojawia się w stosunku do innej osoby, aby ostatecznie zwrócić się przeciwko osobie odczuwającej go, co może skutkować depresją. To, co jest odczuwane przez daną osobę na jawie jako depresja, prawdopodobnie przejawi się we śnie jako agresja skierowana wobec osoby śniącej przez inną postać (Hall, 1983).

Alternatywną interpretację proponuje (ewolucyjna i funkcjonalna) teoria symulacji zagrożenia (*the Threat-Simulation Theory*, TST) Revonsuo (2000). Jej autor zajmuje się badaniami nad snem i świadomością („śniącą świadomością"), łącząc kilka perspektyw: psychologiczną, filozoficzną oraz neurobiologii poznawczej. Badacz przyjął podejście analityczne, uwzględniając treść marzeń sennych jako punkt wyjścia do stworzenia własnej teorii eksplanacyjnej. Funkcję snów autor rozumie w terminach ewolucyjnych, czyli odwołując się do definicji Tooby'ego i Cosmides (1995), badaczy, według których dany mechanizm przetrwał i istnieje do dziś, ponieważ pełni rolę adaptacyjną.

W centrum jego zainteresowań znajdują się zagrażające wydarzenia w treści marzeń sennych (sytuacje, w których śniącemu grozi jakieś niebezpieczeństwo). Jego teoria stanowi unikalny wkład w interpretację agresywnych elementów snu. Autor traktuje śnienie jako biologiczną funkcję, która rozwinęła się w okresie plejstocenu u naszych przodków, żyjących w niepewnym, zagrażającym i zmieniającym się świecie. Osiągnięcie dojrzałości do rozrodu i sukcesu reprodukcyjnego było

niezmiernie trudne, ponieważ średnia długość życia wynosiła 20–25 lat. Częste zagrożenia pochodzące od grup ludzi i zwierząt, wypadki naturalne (np. stoczenie się ze wzgórza, upadek z urwiska lub utonięcie), urazy i choroby były stale obecne i nieustannie zagrażały istnieniu jednostek i gatunku jako całości.

Podstawą teorii Revonsuo (2000) jest założenie, że funkcją snu jest ćwiczenie się w radzeniu sobie z sytuacjami zagrażającymi, w tym z agresją. Główne założenia teoretyczne Revonsuo (2000) ujął następująco: marzenie senne nie jest chaotyczne i przypadkowe – to zorganizowana i selektywna symulacja rzeczywistości, wyspecjalizowana w zakresie niebezpiecznych i zagrażających wydarzeń. Realne zagrożenia na jawie mają ogromny wpływ na późniejsze treści snów – aktywują system symulacji zagrożenia (tylko ekspozycja na prawdziwie niebezpieczne zdarzenie może w pełni aktywować system symulujący). Symulacje zagrożeń, produkowane przez aktywny system, są percepcyjnie i behawioralnie realistycznymi ćwiczeniami dostrzegania i unikania zagrożeń. Symulacja percepcyjnych i motorycznych umiejętności prowadzi do zwiększonej wydajności w odpowiadających im rzeczywistych sytuacjach. Ekologicznie ważne sygnały zagrożenia w środowisku ludzkim aktywowały system symulacji, a powtarzające się, realistyczne symulacje zagrożeń doprowadziły do poprawy percepcji zagrożeń i umiejętności ich unikania. Tym samym zwiększyło się prawdopodobieństwo udanej reprodukcji danej osoby, w związku z czym system symulacji przetrwał do czasów obecnych.

Jeżeli cecha lub funkcja, w tym przypadku śnienie, jest skuteczna w rozwiązywaniu problemu, będzie nadal obecna u danego gatunku, dopóki nie zastąpi jej bardziej wydajna i skuteczna adaptacja (Cosmides i Tooby, 1997). Tak więc skoro rozwój śnienia poprawił zdolność człowieka pierwotnego do unikania zagrożeń środowiskowych, a tym samym zmniejszył śmiertelność, umożliwiając rozmnażanie się, to zmiana ta przetrwała w puli genowej gatunku i występuje do dziś. Mimo iż współczesny człowiek nie napotyka takiej samej liczby zagrożeń ze strony środowiska co ludzie pierwotni (za wyjątkiem osób zamieszkujących strefy działań wojennych, obszarów zacofanych gospodarczo czy członków dzikich plemion) (D'Amato, 2010), to jednak system symulacji zagrożenia nadal jest przydatny i działa (Revonsuo, 2000). Aktualne zagrożenia aktywują system, a wówczas śniący powinien racjonalnie

i efektywnie reagować na te poważne i realne (chociaż wydarzające się we śnie) zagrożenia. Reakcje te mogą pozwolić mu na przeżycie, poprzez ucieczkę lub agresję obronną.

W badaniach przeprowadzonych przez Revonsuo i Valli (2000) analizie poddano 592 opisy snów, spisywane przez 52 uczestników badania. Treść marzeń sennych analizowano pod kątem występowania wydarzeń zagrażających, do których autorzy zakwalifikowali: ucieczki i pościgi, wypadki i nieszczęścia, niepowodzenia, katastrofy, choroby i agresję. Podzielono je również na takie, które zagrażają życiu lub są bardzo niebezpieczne fizycznie, poważne zagrożenia społeczne, psychiczne i finansowe oraz niewielkie zagrożenia. Brano również pod uwagę, kogo lub czego dotyczy zagrożenie, czy śniący bierze udział w wydarzeniach, w jaki sposób na nie reaguje, konsekwencje zagrażających wydarzeń dla śniącego, rozstrzygnięcie niebezpiecznej sytuacji oraz prawdopodobne źródło zagrożenia sennego w realnym życiu.

Wyniki badań potwierdziły hipotezę, że liczba marzeń sennych symulujących zagrażające sytuacje stanowi relatywnie wysoki odsetek wszystkich snów (średnio jedno zagrażające wydarzenie na jeden opis snu). Agresja była najbardziej rozpowszechnionym typem zdarzenia zagrażającego w snach, a ponad 20% niebezpieczeństw we śnie składało się z sytuacji zagrażających życiu. Przebieg tych wydarzeń wskazywał na dużą egocentryczność śniącego, co z kolei wskazuje na ich osobiste znaczenie. We wcześniejszych badaniach stwierdzono, że, po pierwsze, śniący jest częściej ofiarą niż agresorem w agresywnych interakcjach; po drugie, że w 70% przypadków nieszczęścia we śnie dotykają śniącego (Domhoff, 1996; Hall i Van de Castle, 1966) i po trzecie, że śniący jest prawie zawsze ofiarą w koszmarach sennych (Hartmann, 1993). Te wcześniejsze ustalenia są zgodne z wynikami omawianych badań, zgodnie z którymi groźne wydarzenia w snach są skierowane głównie na śniącego. Badacze ustalili, że zagrożenia we śnie często wiążą się z jakimś rodzajem agresji, wypadków lub nieszczęść, ale rzadko z katastrofami lub chorobami. Zagrożenia najczęściej dotyczą śniącego i osób dla niego znaczących (ważnych dla jego sukcesu reprodukcyjnego). Są one stosunkowo często bardzo dotkliwe i w większości pochodzą z życia osobistego i mediów, a nie z czystej fantazji. Okazały się więc w większym stopniu oparte na realistycznych informacjach, a nie wyobraźni. Śniący zwykle aktywnie uczestniczy w wydarzeniach,

a jeśli jego własne życie jest zagrożone we śnie, najczęściej reaguje adekwatnie do sytuacji.

Na tej podstawie Revonsuo i Valli (2000) doszli do wniosku, że wyniki omawianego badania wspierają ich hipotezę, że śnienie to mechanizm symulacji zagrożenia ukształtowany wskutek nacisków selekcyjnych podczas ewolucji człowieka (Revonsuo, 2000). Marzenia senne są konstruowane w taki sposób, że zdarzenia zagrażające są w nich zawarte ze znaczną częstotliwością. Stanowią ponadto realistyczne symulacje sytuacji zagrażających życiu i przetrwaniu jednostki, nawet u młodych ludzi, żyjących w bezpiecznych warunkach. Zdarzenia zagrażające są częstsze i bardziej dotkliwe w naszych snach niż w życiu na jawie; są egocentryczne, realistyczne, często zawierają reakcje obronne ze strony śniącego. Śniący podejmuje działania w obronie przed pojawiającymi się niebezpieczeństwami, ćwicząc się w ten sposób w dostrzeganiu i unikaniu zagrożeń na jawie.

Za trafnością TST przemawiają również wyniki innych badań, mówiących o istnieniu tendencji do bardziej negatywnych emocji w snach oraz zwiększonego włączania instynktownych emocji (szczególnie reakcji walki lub ucieczki, *fight-or-flight response*). Ponadto sny są skoncentrowane bardziej na emocjonalnie znaczącej treści niż na obecnych wydarzeniach, za wyjątkiem tych, które dotyczą ostatnich, emocjonujących wydarzeń, przez co ich występowanie we śnie może ulec zwiększeniu (Hobson, Pace-Schott i Stickgold, 2003b).

Teoria Revonsuo stała się jednym z najbardziej wpływowych sposobów wyjaśniania funkcji marzeń sennych, była również szeroko krytykowana. Przeprowadzono serię eksperymentów, które w wielu przypadkach zaprzeczały słuszności TST.

Punamäki (1997), badając dzieci narażone na traumę wojny (zamieszkujące palestyńską strefę Gazy), wykazała, że te, które były wielokrotnie narażone na traumatyczne wydarzenia, odpamiętywały więcej negatywnych snów (o zagrażającej treści) niż dzieci narażone na mniejszą traumę oraz znacząco więcej niż ich rówieśnicy żyjący w pokojowym rejonie Galilei. Jednocześnie były o wiele słabiej przystosowane do radzenia sobie z trudnymi sytuacjami w świecie rzeczywistym, wykazując więcej symptomów depresyjnych, lękowych i somatycznych.

Delorme, Lortie-Lussier i De Koninck (2002) wykazali, że studenci, doświadczający snów odzwierciedlających stres i negatywne emocje

związane z egzaminem, radzili sobie gorzej z odpowiadającą im realną sytuacją niż niemający takich snów, częściej od nich używający aktywnych strategii rozwiązywania problemów na jawie.

Mellman i współpracownicy (2005) badali osoby dotknięte zespołem stresu pourazowego (*posttraumatic stress disorder*, PTSD). Okazało się, że osoby badane, które doświadczały koszmarów związanych z przeżytymi wypadkami zagrażającymi życiu, miały poważniejsze symptomy niż osoby donoszące o innych rodzajach snów. Cierpiały też znacznie dłużej niż osoby, które nie pamiętały swoich snów. Ten dowód przemawia przeciwko adaptacyjnej funkcji snów symulujących zagrożenia.

Malcolm-Smith i współpracownicy (2008) podzielili osoby badane na dwie grupy: żyjące w środowiskach niebezpiecznych, w których często można spotkać się z sytuacjami zagrażającymi życiu (RPA), oraz mieszkańców względnie bezpiecznych rejonów o niskiej przestępczości (Walia). Odpowiedzi dotyczące subiektywnego poczucia zagrożenia pokrywały się ze statystykami dotyczącymi przestępczości w danym rejonie. Badanie przeprowadzono przy użyciu techniki ostatniego pamiętanego snu (MRD). Jak wskazują wyniki, większość snów nie zawierała realistycznych zagrożeń fizycznych wobec śniącego (były nieobecne w 81% snów Walijczyków i 91% snów mieszkańców RPA). Walijczycy zgłaszali znacząco więcej (2,5 razy częściej) realistycznych zagrożeń fizycznych niż mieszkańcy RPA. Zależność pomiędzy poziomem zagrożenia środowiskowego a liczbą snów o treści realistycznej okazała się więc odwrotna niż w założeniach Revonsuo. Bardzo niewiele snów zawierało wydarzenia zagrażające życiu śniącego (były nieobecne w 87% snów Walijczyków i 93% snów mieszkańców RPA). Wbrew teorii Revonsuo, u mieszkańców RPA odnotowano znacznie mniej zagrażających snów, nie różnili się także od uczestników walijskich w reakcjach na zagrożenia senne. Ogólnie częstość występowania w snach realnych zagrożeń dla przetrwania była bardzo niska i wynosiła mniej niż 20%. Ucieczka przed zagrożeniami we śnie występowała w mniej niż 2% snów. W snach symulujących zagrożenie rzadko pojawia się skuteczna reakcja unikania. W badaniu Bulkeley i współpracowników (2005) stwierdzono, że wraz z uczuciami strachu i zagrożenia w tego rodzaju snach przeważało poczucie bezradności i nie było dowodów wzmocnionego unikania zagrożeń. Revonsuo i Valli (2000) wykazali, że tylko jedna trzecia snów o niebezpieczeństwach miała jakikolwiek rodzaj

szczęśliwego zakończenia, natomiast Malcolm-Smith i Solms (2004), że mniej niż 3% snów zawierało realistyczne ucieczki z zagrażających życiu sytuacji. Podobnie stwierdzili Zadra, Desjardins i Marcotte (2006): mniej niż 2% powtarzających się snów zawierało prawdopodobne i skuteczne reakcje na niebezpieczne realne zagrożenia, ponadto tylko w 15% powtarzających się snów opisywano realistyczne zagrożenia dla przetrwania i reprodukcji. Sam twórca teorii (Revonsuo i Valli, 2000) wykazał ponadto, że tylko 22% snów zawierało zagrażające życiu lub fizycznie niebezpieczne zagrożenia dla śniącego. Według Malcolm-Smith i Solmsa (2004), w sumie 21% raportów z marzeń sennych zawiera fizyczne zagrożenia, a mniej niż 10% – realistyczne zagrożenia życia. W związku z tym większość treści snów nie zawiera odpowiednich niebezpieczeństw, aby poprzeć teorię Revonsuo.

W modelu społecznego uczenia się psychologowie Franklin i Zyphur (2005) rozszerzyli teorię symulacji zagrożenia Revonsuo (2000), dodając uwagę, że marzenia senne pozwalają także na próbę interakcji w sytuacjach społecznych. Twierdzą, że pogląd ten jest poparty empirycznymi ustaleniami, które wskazują, że podczas snu REM aktywowane są pewne obszary mózgu związane z przetwarzaniem informacji społecznych (zwłaszcza z rozwiązywaniem konfliktów i oceną społeczną) oraz że analizowane treści marzeń sennych często dotyczą ludzkich interakcji. Badacze są przekonani, że odtwarzanie sytuacji społecznych w snach poprawia zdolność do rozwiązywania konfliktów interpersonalnych w życiu na jawie, a u naszych przodków proces ten zwiększał dostęp do zasobów w grupie społecznej, takich jak towarzystwo i jedzenie. Osoby lepiej poruszające się w środowisku społecznym miały większą szansę na przetrwanie, a sny, dzięki którym nastąpiło owo zwiększenie sprawności społecznej, przetrwały w wyniku selekcji naturalnej. Stąd prawdziwą funkcją snów jest stworzenie wirtualnej rzeczywistości, w której jednostki mogą wzmocnić swoją zdolność do radzenia sobie z zagrożeniami, a także skutecznego działania w środowisku społecznym.

Przedstawiciele nurtu poznawczego (Domhoff, 1996; Hall i Domhoff, 1963; Hall i Van de Castle, 1966) wyrażają przekonanie, że ogromna ilość agresji przejawianej w snach wydaje się zjawiskiem oczywistym w świecie pełnym agresji. Zakładają jednak kierunek zależności odmienny, niż mogłoby się wydawać: to nie agresja w świecie powoduje pojawianie się agresji w snach, ale jej uzewnętrznienie jest wyrazem

agresywnych fantazji. Nie jest jasne, skąd pochodzą te fantazje, czy z nieświadomości zbiorowej, czy też są wrodzone lub nabyte w okresie wczesnodziecięcym albo nawet prenatalnym. Badacze zakładają, że ich źródłem jest osobowość człowieka. Wykazali w badaniach, że największa ilość agresji występuje w snach dzieci od 2. do 12. roku życia, a maleje do dość niskiego poziomu po osiągnięciu wieku 30 lat. Świat snów dziecka jest zamieszkany przez wielu wrogów, ponieważ dla dziecka bezpośrednie wyrażanie impulsów agresywnych jest ograniczone przez jego niedojrzałość fizyczną. Stąd, aby dać im wyraz, musi uciekać się do fantazji (Hall i Domhoff, 1963). Według Domhoffa (2000, 2010; Sayed, 2011), pojęcie marzeń sennych odzwierciedla zdolność do generowania obrazów psychicznych, organizowania doświadczenia w formie narracji i kreowania Ja autobiograficznego. Stąd postrzeganie marzenia sennego jako „odgrywania stanów umysłu samemu sobie, gdy nie ma on niczego konkretnego do zrobienia" oraz jako „dramatycznej i dostrzegalnej postaci schematów, skryptów i wiedzy ogólnej" (Domhoff, 2010, s. 2).

Domhoff (2000, 2010; Sayed, 2011) proponuje nowe podejście poznawcze do snu i marzeń sennych, które może być rozszerzone również o rozumienie neurokognitywne. Badacz podjął próbę prezentacji empirycznych dowodów, podkreślających podobieństwa pomiędzy funkcjami poznawczymi na jawie a śnieniem. Uznaje sen za podstawowy stan umysłu, kiedy nie jest on ograniczany koncentrowaniem się na rzeczywistości fizycznej i społecznej pod wpływem bodźców zewnętrznych oraz wewnętrznych, przypominających nam, kim i gdzie jesteśmy oraz jakie zadania stoją przed nami. W tej koncepcji system schematów i skryptów, leżących u podstaw ludzkiej wiedzy i przekonań, daje dwa rodzaje efektów: na jawie system ten odgrywa rolę w rozwijaniu myślenia i wyobraźni, jeśli natomiast zostanie on aktywowany w konkretnych warunkach, wówczas pojawia się śnienie. Konieczne są do tego odpowiedni poziom aktywacji kory mózgowej, blokowanie bodźców zewnętrznych, nienaruszona i w pełni dojrzała sieć neuronowa oraz utrata świadomej samokontroli. Marzenie senne może wystąpić także w stanie relaksu, pod warunkiem że zaistnieją powyższe warunki.

Domhoff (2010) uznaje treść snów za wyraz systemów pojęciowych ludzi (schematów, skryptów i wiedzy ogólnej, w tym dotyczących agresji), a szczególnie poznawczych generalizacji dotyczących samego siebie. Występując w snach, odzwierciedlają one pojęcia, które stanowią

podstawę działania na jawie, np. zachowania agresywnego. Z tego powodu marzenia senne nie mają same z siebie funkcji adaptacyjnej, ale jako produkt uboczny ewolucji zdolności poznawczych, zaangażowanych w generowanie obrazów umysłowych, marzenia senne pełnią funkcję tworzenia Ja autobiograficznego i organizacji doświadczenia w formie narracyjnej. Badacz nie neguje jednak idei, że marzenia mogą mieć znaczenie psychologiczne, ponieważ ich treść odzwierciedla i przedstawia koncepcje poznawcze i problemy emocjonalne śniącego (Sayed, 2011).

Wyniki badań snu i marzeń sennych potwierdzają założenia modelu poznawczego o istnieniu wielu podobieństw pomiędzy snem a jawą. W badaniach wykazano, że modalności sensoryczne, występujące na jawie, są również obecne we śnie. Marzenia senne zawierają żywe obrazy, ruch, kolor, kształty i postacie, takie jak ludzie, zwierzęta, przedmioty i twarze oraz miejsca (Hobson, 1988), dźwięki (szczególnie związane z ludzką mową), zapachy, smaki, przyjemność i ból (Hall i Van de Castle, 1966). Marzenia senne odzwierciedlają również zainteresowania i osobowość śniącego (Bulkeley i Domhoff, 2010).

Liczne wyniki badań Halla i Van de Castle'a (1966) z użyciem systemu analizy ilościowej wykazały, że marzenia senne, podobnie jak osobowość, pozostają stabilne przez całą dorosłość. Ponadto istnieje korelacja między Ja na jawie i we śnie w odniesieniu do nastroju, wyobraźni, zainteresowań oraz doświadczanych konfliktów, problemów i obaw. Częste występowanie agresji w treści marzeń sennych może więc być traktowane jako odbicie agresywnej osobowości, badacze nie wykluczają jednak możliwości, że stanowi odbicie doświadczenia, a więc np. konfliktu występującego w życiu na jawie.

Blagrove (2007), rozwijając myśl Domhoffa o odzwierciedlaniu osobowości śniącego, rozważa możliwość interakcji dwóch czynników – stanu i cechy w związku z treścią marzeń sennych. Badacz zakłada, że niektóre cechy wpływają na treść snów jedynie w połączeniu z innymi czynnikami, np. nastrojem występującym przed snem. Ponieważ według autora cechy osobowości są związane z treścią marzeń sennych jedynie pod pewnymi warunkami, badania opierające się na prostych korelacjach pomiędzy cechą a treścią nie wykażą tych relacji. Tłumaczy w ten sposób, dlaczego wiele badań nie wykazuje zależności pomiędzy cechami osobowości a treścią snów. Badacz zakłada nawet, że stan może mieć silniejszy wpływ na treść niż cecha. Wyniki niektórych badań

potwierdzają hipotezę ciągłości, akcentując większą wagę czynników sytuacyjnych (Blagrove, 2007; Schredl i Jacob, 1998).

Przekonanie o ciągłości procesów psychicznych, osobowości, aktywności oraz stylu życia na jawie i we śnie zostało potwierdzone w wielu współczesnych badaniach. Śpiący umysł nie jest funkcjonalnie odmienny od czuwającego, a ewentualne różnice między nimi są raczej natury ilościowej niż jakościowej. Aktywność umysłowa we śnie jest bardzo podobna do funkcjonowania poznawczego na jawie i w znacznym stopniu związana z tymi samymi treściami psychicznymi (Domhoff, 1999c; Domhoff, 2003; Foulkes, 1985; Kahan, LaBerge, Levitan i Zimbardo, 1997). Ponadto istnieje ciągłość pomiędzy sprawami, które budzą emocje na jawie, a treścią marzeń sennych (Schredl i Hofmann, 2003; Schredl, Sahin i Schäfer, 1998; States, 2000). Odzwierciedla ona również relacje społeczne w realnym życiu (Schredl, 2001) oraz rzeczywiste doświadczenia jednostki (np. osoby, które mają interesujące, barwne i niezwykłe doświadczenia w ciągu dnia, mają je także we śnie) (Watson, 2003).

Na potrzeby niniejszej pracy przyjęto za badaczami nurtu poznawczego założenie, że podstawą agresji w marzeniach sennych jest osobowość śniącego. W związku z tym sformułowano następujące definicje agresji oraz agresywności w marzeniach sennych: *agresja w marzeniach sennych* to agresywne treści pojawiające się we śnie, natomiast *agresywność w marzeniach sennych* została zdefiniowana jako przejawiająca się w treści marzeń sennych skłonność do zachowań agresywnych. O agresywności w marzeniach sennych danej osoby można wnioskować na podstawie ilości treści agresywnych, czyli różnego rodzaju zachowań agresywnych, występujących w marzeniach sennych.

Sformułowanie „przejawia" zostało użyte w znaczeniu „przejawia w snach", a nie „jest agresorem" – każdy przejaw agresji we śnie (atak, obserwację lub bycie ofiarą) przypisuje się agresywności osoby śniącej, ponieważ to ona jest ich autorem. Przejawianie agresji na jawie uznaje się za wskaźnik agresywności danej osoby, ale w snach wskaźnikiem agresywności będą wszystkie zachowania agresywne, jakie dana osoba „wytwarza", czy też „przeżywa" w snach, ponieważ można zakładać, że to agresywność śniącego jest wyrażana we śnie. Zgodnie z założeniami nurtu poznawczego, wszystkie wytwory w marzeniach sennych przypisuje się śniącemu, w tym jego osobowości, ponieważ marzenia senne są wytworem tego samego systemu poznawczego i tej samej osobowości

co myśli i zachowania na jawie. Wynika to bezpośrednio z teorii Halla (1953). Stąd uznaje się, że w snach osoba badana, będąc podmiotem, przedmiotem lub obserwatorem, nadal pozostaje podmiotem.

Podejście poznawcze zostało wybrane ze względu na liczbę potwierdzających je badań, obiektywny charakter, dzięki któremu możliwe jest badanie osobowości śniącego, oraz ze względu na rzetelne i trafne narzędzie do ilościowej analizy treści marzeń sennych stworzone w tym nurcie. Podejście jakościowe, mające swoje uzasadnienie w przypadku psychoterapii, ze względu na swój subiektywny charakter nie jest wskazane do prowadzenia badań naukowych nad marzeniami sennymi.

2.3 Przegląd badań dotyczących agresji w marzeniach sennych

Ważnym powodem dla badania treści marzeń sennych w kontekście agresywności jest przewaga agresywnych zachowań nad wszystkimi innymi występującymi w snach. Agresywne działanie w snach jest zwykle wyrażone w sposób jawny, stąd odwoływanie się do marzeń sennych, aby dowiedzieć się więcej na temat agresywności (Hall i Domhoff, 1963). Kolejnym powodem badania snów, w ścisłym związku z innymi rodzajami ludzkiego doświadczenia, jest to, że istnieją przekonujące dowody na ciągłość pomiędzy życiem na jawie a snem. Zgodnie z koncepcją wywodzącą się z nurtu poznawczego, zakładającą ciągłość procesów psychicznych na jawie i we śnie, sny odzwierciedlają cechy psychiczne śniącego, jego troski, obawy, wartości, zainteresowania i doświadczenia z życia codziennego (Bernstein i Roberts, 1995; Hall, 1953; Hołda i Szmigielska, 2011). Zwykle nie są one rekonstruowane dokładnie, ale na poziomie tematycznym (Schredl, 2012). Koncepcja ta została nazwana przez Halla i Nordby'ego (1972) *hipotezą ciągłości*.

Hipotezę ciągłości potwierdza wiele badań. Badania laboratoryjne oraz te, w których wykorzystuje się dzienniki snów, wielokrotnie wykazały relację między treścią snów i zachowaniem na jawie (Domhoff, 1996; Hall, 1947; 1953; Hall i Nordby, 1972; Hall i Van de Castle, 1966; Kramer, Kinney i Scharf, 1983). Życie na jawie (np. media pokazujące broń i kontakty społeczne) silnie wpływają na treść snów, chociaż aktualnych badań ilościowych, wprost mierzących i korelujących doświadczenia

dnia codziennego oraz treści marzeń sennych, wciąż brakuje (Mathes i Schredl, 2013). Również zmienne demograficzne, takie jak płeć, wiek, rasa, stan cywilny i status społeczny, oraz cechy indywidualne jednostki znajdują odzwierciedlenie w treści snów (Hermans, 1987, Schredl i Piel, 2005). Winget, Kramer i Whitman (1972) stwierdzili, że wszystkie te czynniki są związane z treścią marzeń sennych, przy czym płeć najsilniej tę treść różnicuje.

Różnice między płciami w treści marzeń sennych są wyraźne w przypadku niektórych tematów (np. pracy zawodowej lub osób zmarłych). Są również bardzo stabilne w czasie w niektórych aspektach (nawet przez okres 40 lat i więcej), podobnie jak różnice w częstości przypominania snów (znacznie większa u kobiet) oraz w długości opisów snów (opisy kobiet są przeciętnie o 8% dłuższe niż mężczyzn) (Domhoff, 2005; Schredl, Ciric, Götz i Wittmann, 2004). Kobiety wykazują także większe zainteresowanie snami i ich interpretacją (Domhoff, 1996; Schredl, 2000; Schredl i in., 2004; Schredl, Nürnberg i Weiler, 1996; Schredl i Piel, 2008; Schredl i Reinhard, 2008), cenią je wyżej niż mężczyźni (Schredl, Nurnberg i Weiler, 1996), mają wobec nich bardziej zaangażowaną postawę, a ich sny wywierają większy wpływ na ich zachowanie na jawie (Szmigielska i Hołda, 2007). Częściej również rozmyślają na ich temat i chętniej o nich rozmawiają z innymi (Robbins i Tanck, 1988). Prawdopodobnie dlatego kobiety mają wyższą częstość przypominania snów, bo przywiązują do nich większą wagę (związek przyczynowo-skutkowy może być również odwrotny – przywiązują do nich większą wagę, ponieważ lepiej je pamiętają).

Kobiety pamiętają generalnie więcej marzeń sennych oraz więcej postaci i emocji ze swoich snów, a także więcej snów o bliskich zmarłych, byciu odmiennej płci, niezdaniu egzaminu oraz dotyczących odrzucenia. Marzenia senne mężczyzn zawierają więcej motywów związanych z seksualnością, osiągnięciami, znajdowaniem pieniędzy, agresją fizyczną, zabijaniem lub byciem zabijanym i obecnością broni (Griffith, Miyagi i Tago, 1958; Hall i Van de Castle, 1966; Mathes i Schredl, 2013; Schredl i in., 2004; Schredl, Sahin i Schäfer, 1998). Schredl, Sahin i Schäfer (1998) zwrócili uwagę, że powyższe różnice w treści marzeń sennych odzwierciedlają różnice między płciami w zachowaniu na jawie, ponieważ metaanalizy wykazały, że mężczyźni są bardziej skoncentrowani na seksualności (Oliver i Hyde, 1993) i agresji fizycznej (Eagly, 1987), a także

są bardziej asertywni niż kobiety (Feingold, 1994). Kobiety natomiast są bardziej empatyczne i skoncentrowane na relacjach międzyludzkich niż mężczyźni (Feingold, 1994). Kolejnym dowodem na bezpośredni związek między jawą a snem w kontekście różnic płci są badania dotyczące liczby kontaktów społecznych na jawie i w snach. Ilość kontaktów z kobietami i mężczyznami w ciągu dnia była bezpośrednio związana z liczbą męskich i żeńskich postaci w marzeniach sennych (Paul i Schredl, 2012; Schredl, Loßnitzer i Vetter, 1998).

Wyraźne i stabilne różnice między płciami dotyczą także zachowań agresywnych. Wyniki badań potwierdzają hipotezę, że różnice w agresywnych treściach marzeń sennych są związane z różnicami płciowymi w przejawianiu i doświadczaniu agresji na jawie. Agresja jest najczęściej pojawiającą się w snach interakcją społeczną (45%) u obu płci. Najczęstszymi emocjami we śnie są te o zabarwieniu negatywnym (80%), jak złość, gniew, wrogość, nienawiść, niepokój i smutek. Natomiast emocje pozytywne, takie jak poczucie szczęścia, są zgłaszane rzadko (Domhoff, 1996; Hall i Van de Castle, 1966). O ile procent agresywnych interakcji społecznych jest prawie równy w zapamiętanych snach mężczyzn i kobiet (44% wszystkich marzeń sennych kobiet i 47% marzeń sennych mężczyzn zawiera co najmniej jedną formę agresji), o tyle stosunek agresji fizycznej do wszystkich treści agresywnych we śnie jest inny. Połowa agresywnych treści marzeń sennych mężczyzn dotyczy agresji fizycznej, podczas gdy u kobiet jest to zaledwie 34% (Domhoff, 1996, 2005; Moorcroft, 2003; Schneider i Domhoff, 2009). Różnica ta jest zupełnie niezależna od długości opisów snów, liczby postaci i liczby zachowań agresywnych we śnie. Naukowcy próbowali wyjaśnić tę różnicę. Dominująca teoria opiera się na hipotezie ciągłości: mężczyźni częściej śnią o agresji, szczególnie fizycznej, ponieważ jest ona w większym zakresie obecna w ich życiu na jawie. Mężczyźni w swoich snach częściej występują w roli agresorów niż ofiar agresji, odwrotnie niż to ma miejsce w snach kobiet, ponadto kobiece sny zawierają relatywnie więcej negatywnych emocji (Costa, Terracciano i McCrae, 2001; Domhoff, 1996; Strauch i Meier, 1996), podobnie jak ma to miejsce na jawie. Szczegółowe metaanalizy dotyczące różnic między płciami potwierdziły, że na jawie mężczyźni są bardziej agresywni, a kobiety bardziej narażone na depresję, stąd założenie o ciągłości między życiem na jawie i snem jest w pełni uzasadnione (Schredl, Sahin i Schäfer, 1998). Ponadto

Schredl i współpracownicy (1998) powołują się na fakt, że popełnianie brutalnych zbrodni na jawie koreluje ze zwiększoną agresją w snach. Wyniki badań potwierdzają także, że ludzie wykazują największą agresję w snach wobec tych, z którymi mają najwięcej konfliktów w życiu na jawie (Moorcroft, 2003). Pokrywa się to z wynikami innych badań, które wykazały, że sny mężczyzn zawierają więcej agresji przeciw innym mężczyznom niż przeciw kobietom, natomiast w snach kobiet pojawia się więcej agresji między mężczyznami a kobietami (Hall i Domhoff, 1963).

Pomimo że amerykańscy mężczyźni i kobiety mają podobny ogólny odsetek snów, w których zachodzi przynajmniej jedna agresywna interakcja, badania na ogół wykazują znacznie więcej agresji w marzeniach sennych mężczyzn niż kobiet. Różnica w agresywnych treściach marzeń sennych osób dorosłych była badana w wielu krajach na całym świecie (Domhoff, 2005; Krippner, Winkler, Rochlen i Yashar, 1998; Munroe i in., 1985; Robbins i Kilbride, 1971), w których mężczyźni konsekwentnie zgłaszali bardziej agresywne treści niż kobiety. Badania wykazały, że mężczyźni mają ogólnie bardziej agresywne treści marzeń sennych, zwłaszcza w odniesieniu do agresji fizycznej (Bursik, 1998; Hall i Domhoff, 1963; Schredl, Sahin i Schäfer, 1998). Różnica pomiędzy ilością agresywnych treści w snach mężczyzn i kobiet jest najbardziej widoczna w bardzo młodym wieku, z czasem nieznacznie się zmniejsza, ale zachowując istotność (Crugnola, Maggiolini, Caprin, De Martini i Giudici, 2008; Oberst, Charles i Chamarro, 2005).

Ponadto w badaniach wykazano związek między treściami agresywnymi i wiekiem. Hall i Domhoff (1963) zanalizowali 1490 agresywnych interakcji zachodzących w 3049 marzeniach sennych zebranych od 1940 osób, klasyfikując je pod względem: wieku, płci, rodzaju relacjonowanej agresji, bycia świadkiem vs bycia osobiście zaangażowanym itp. Przeprowadzone analizy wykazały, że dzieci w wieku do 12 lat przejawiają najwięcej zachowań agresywnych w snach, obcy mężczyzna jest główną postacią, wokół której skupia się agresja zarówno w marzeniach sennych mężczyzn, jak i kobiet, ponadto mężczyźni mają bardziej agresywne marzenia senne niż kobiety, ale agresywne treści dla obu płci zmniejszają się do dość niskiego poziomu po 30. roku życia. Agresja w marzeniach sennych dzieci wzrasta z wiekiem i zaczyna nieznacznie obniżać się w okresie dorosłości (Moorcroft, 2003). Ilość agresji i negatywnych emocji w snach u osób dorosłych nie podlega później

znaczącym zmianom, a ewentualne różnice są zgodne ze zmianami zachodzącymi w życiu na jawie. Na przykład kobieta pracująca ma bardziej męski typ marzeń sennych, cechujący się większą ilością agresji i lęku niż gospodyni domowa (Domhoff, 1996). Opisy marzeń sennych starszych osób nie różnią się wiele od snów studentów, za wyjątkiem spadku ilości agresji fizycznej i negatywnych emocji (Hoss, 2005).

Podobne zależności ustalono w badaniach dotyczących agresji w życiu na jawie. Obserwuje się stały spadek poziomu agresji wraz z wiekiem, osoby dorosłe na ogół dopuszczają się coraz lżejszych form agresji (Loeber i Stouthamer-Loeber, 1998). Częstotliwość dopuszczania się przemocy osiąga szczyt w okresie dorastania i wczesnej dorosłości, a następnie spada. Po ukończeniu 30 lat cechy osobowości mężczyzn i kobiet ulegają ustaleniu (McCrae i Costa, 2005), również w zakresie agresywności, której poziom stabilizuje się w tym wieku. Crugnola i współpracownicy (2008) potwierdzili, że w przypadku dzieci różnica w obecności agresywnych treści w marzeniach sennych chłopców i dziewcząt jest porównywalna z analogiczną różnicą w życiu na jawie.

Różnice w ilości treści agresywnych w marzeniach sennych stanowią interesujący problem badawczy. Choć temat agresywnych treści snów był od zawsze przedmiotem dużego zainteresowania, związek między agresją we śnie i na jawie nie został do tej pory ostatecznie ustalony.

Hall (1947) sugeruje, aby przeprowadzać naukowe badania marzeń sennych w celu diagnozowania cech osobowości. Dzięki analizie snów jako osobistych dokumentów mogą zostać odkryte istotne informacje na temat wewnętrznej dynamiki osobowości. Przekonanie to może zostać potwierdzone, według autora, przez zastosowanie tych samych procedur eksperymentalnych, które zostały wykorzystane do sprawdzenia innych narzędzi diagnostycznych.

Osobowość jest ważnym tematem w badaniu snów. Badania dotyczące relacji między osobowością śniącego a marzeniami sennymi były przeprowadzane z wykorzystaniem różnorodnych narzędzi i dotyczyły szeregu konstruktów. W kilku badaniach zastosowano *Minnesocki wielowymiarowy inwentarz osobowości* (*the Minnesota Multiphasic Personality Inventory,* MMPI) (Hartmann, 1984; Hartmann i in., 1987), *Kwestionariusz osobowości* (*the Eysenck Personality Questionnaire,* EPQ) Eysencka (Lang i O'Connor, 1984; Samson i De Koninck, 1986), *Skalę represji-sensytyzacji* (Gerber, 1978) i *Kwestionariusz osobowości 16PF* Cattella (Hill, 1974).

W badaniach wykazano, że istnieją związki między niektórymi cechami osobowości i postawami a emocjami doświadczanymi we śnie. Negatywne cechy osobowości lub postawy, neurotyczność i afekt negatywny są skorelowane dodatnio z negatywnymi emocjami we śnie, takimi jak gniew, niepokój lub lęk, smutek, poczucie zagubienia lub przerażenia. Natomiast osobowość pozytywna lub postawa optymistyczna, pełna nadziei i zadowolenia z życia, pozytywne emocje i potrzeba poznania korelują dodatnio z pozytywnymi emocjami we śnie, takimi jak radość, szczęście, miłość, zadowolenie, zainteresowanie lub podekscytowanie. Stwierdzono również, że emocje we śnie są silnie skorelowane z pozytywnymi i negatywnymi doświadczeniami emocjonalnymi na jawie. Korelacje pomiędzy emocjami na jawie i we śnie były wysokie i średnio wysokie, natomiast pomiędzy cechami osobowości a emocjami we śnie okazały się niskie i istotne jedynie dla podekscytowania, niepokoju, smutku i poczucia zagubienia (Gilchrist, Davidson i Shakespeare-Finch, 2007). Podsumowując, najsilniejszym predyktorem emocji we śnie okazało się doświadczenie przez osobę śniącą tych samych emocji na jawie. Chociaż cechy osobowości same w sobie mają ograniczone zastosowanie w przewidywaniu emocji doświadczanych we śnie, połączenie emocji doświadczanych na jawie z cechami osobowości zwiększa możliwość przewidywania emocji, które pojawią się we śnie (Gilchrist i in., 2007). Autorzy uznali własne wyniki za spójne z wynikami uzyskanymi przez Blagrove'a, Farmer i Williams (2004), którzy odkryli korelację pomiędzy niskim dobrostanem i częstością nieprzyjemnych snów oraz z wynikami Zadry i Donderiego (2000), którzy ustalili, że osoby doświadczające złych snów osiągały niskie wyniki w skali dobrostanu. Ustalenia dotyczące wysokich korelacji pomiędzy korespondującymi emocjami na jawie i we śnie są spójne z hipotezą ciągłości (Hall, 1953), z twierdzeniem Hartmanna (1991, 1998), że emocje w snach są reprezentacją emocji na jawie, oraz z ustaleniami Schredla (2003), że stan jest bardziej istotnym wskaźnikiem negatywnych snów niż cecha.

Badań dotyczących treści marzeń sennych z wykorzystaniem pięcioczynnikowego modelu osobowości (PMO) i opartych na nim inwentarzy jest niewiele. Bernstein i Roberts (1995), opierając się na PMO, zbadali treść marzeń sennych. Wiele ustaleń pochodzących z własnych badań autorzy zinterpretowali w świetle hipotezy ciągłości Halla i Nordby'ego (1972). Na przykład okazało się, że osoby ugodowe zgłaszały więcej

postaci w snach, a osoby o wysokiej otwartości na doświadczenie donosiły o większej liczbie nieznajomych postaci. Ekstrawertycy mieli generalnie więcej snów podczas jednej nocy, a neurotycy informowali o większej liczbie snów, w których czuli się sfrustrowani i zagubieni (Bernstein i Roberts, 1995). W badaniach Mathesa i Schredla (2013) sny ekstrawertycznych mężczyzn zawierały więcej postaci żeńskich w porównaniu ze snami mężczyzn introwertycznych, natomiast niska sumienność łączyła się z większą liczbą broni w snach mężczyzn. Według autorów, również to można tłumaczyć hipotezą ciągłości, ponieważ osoby takie mogą być bardziej skłonne do agresywnego myślenia i działania niż osoby o wysokich wynikach w sumienności; u kobiet stwierdzono jednak odwrotną zależność w badaniach agresji na jawie, przeprowadzonych przez Hines i Saudino (2008) oraz Bettencourt i współpracowników (2006). W kolejnych badaniach Schredla i Mathesa (2014) agresja w marzeniach sennych (śnienie o zabijaniu kogoś bez rozróżnienia na samoobronę, wypadek lub morderstwo z zimną krwią) wiązała się z introwersją i niską ugodowością, a także (na granicy istotności) z otwartością na doświadczenie. Ponadto ten rodzaj snów był zgłaszany częściej przez mężczyzn niż kobiety i związany z podwyższoną agresywnością na jawie, potwierdzając tym samym założenia hipotezy ciągłości. Według badaczy, otrzymane wyniki stanowią wsparcie dla wcześniejszych doniesień, mówiących o występowaniu ciągłości pomiędzy jawą a snem w różnych formach. Oznacza to, że emocja występująca na jawie nie jest odzwierciedlona w snach w sposób bezpośredni, ale w sposób wyolbrzymiony: marzenia senne przedstawiają aktualne obawy zgodnie z „najgorszym możliwym scenariuszem" (Domhoff, 2011, s. 58).

Z teoretycznego punktu widzenia można się spodziewać, że stabilne charakterystyki, takie jak cechy osobowości, wpływają na treść marzeń sennych, ale nie odwrotnie. Efekt ten może być jednak modyfikowany przez doświadczenia na jawie, gdy np. osoba ekstrawertyczna ma więcej kontaktów społecznych w życiu na jawie, w związku z tym częściej śni o ludziach w porównaniu do osoby introwertycznej.

Aumann, Lahl i Pietrowsky (2012) wykazali w badaniach, że Otwartość na doświadczenie oraz Neurotyczność są związane ze strukturą snu. Dla osób otwartych na doświadczenie sny mają bardziej osobiste znaczenie i są lepiej zapamiętywane (co znajduje również potwierdzenie

w badaniach dotyczących częstości przypominania snów, która jest wyższa u osób otwartych na doświadczenie) (Schredl i in., 2003). Natomiast osoby neurotyczne doświadczają więcej snów o charakterze awersyjnym, z większą liczbą elementów z życia na jawie, włączanych w treść snu, a także sny mają dla nich bardziej osobiste znaczenie (Aumann i in., 2012). Podobne zależności ustalono w badaniach osobowości i zachowań na jawie: osoby konfliktowe uzyskują niskie wyniki we wszystkich sześciu składnikach czynnika Ugodowość, mają też tendencję do uzyskiwania wysokich wyników w składniku Agresywna wrogość (N2 w czynniku Neurotyczność) i niskich wyników w składniku Serdeczność (E1 w czynniku Ekstrawertyczność) (Costa i McCrae, 1992; Siuta, 2006).

2.4 Problemy metodologiczne w badaniach marzeń sennych

Istnieją cztery źródła opisów snów: badania laboratoryjne, relacja psychoterapeutyczna, osobiste dzienniki snów oraz anonimowe badania w grupie, np. w klasie szkolnej. Te cztery źródła zapewniają zarówno serie snów pochodzące od jednej osoby, jak i zestawy snów, czyli pojedyncze opisy snów od członków danej grupy (Domhoff, 2000). Opisy snów są więc zbierane w dwóch środowiskach: laboratoryjnym (tzw. sny laboratoryjne) i pozalaboratoryjnym (tzw. sny domowe, uzyskiwane np. w domu, szpitalu lub gabinecie psychoterapeuty). Badania laboratoryjne stwarzają możliwość zebrania dużej, reprezentatywnej próbki opisów marzeń sennych w warunkach kontrolowanych. Polegają najczęściej na wybudzaniu osób badanych w rożnych fazach snu i proszeniu ich o zrelacjonowanie treści marzenia sennego. Wadą tego rodzaju badań jest ich kosztowność i czasochłonność (Domhoff, 2000) oraz odbywanie się w warunkach nienaturalnych dla snu (Cartwright, 1978; Hobson, 1995).

Obok zbierania opisów snów, jednymi z najczęściej wykorzystywanych metod badania marzeń sennych są techniki kwestionariuszowe (np. *the Mannheim Dream Questionnaire* MADRE, *the Dream Property Scale*, DPS-E; *the Subjective Experiences Rating Scale*, SERS; *the Iowa Sleep Experiences Survey*, ISES). Ich zaletą są niskie koszty oraz łatwość stosowania, również w dużych grupach badanych (Schredl, 2002), natomiast

nie jest to metoda niezawodna, ponieważ odpowiedzi badanych są oparte na retrospekcji i mogą dotyczyć doświadczeń bardzo odległych w czasie. Techniki kwestionariuszowe można również wykorzystywać do badania treści marzeń sennych, tak jak opracowany w tym celu *Kwestionariusz analizy snu* (*Dream Analysis Questionnaire*, DAQ). Kwestionariusz bada parametry snu i śnienia u osób niezaburzonych, teoretycznie odwołując się do treści snów, w rzeczywistości sprawdza jednak raczej opinie na temat treści własnych snów, odnoszące się do osobowości i kulturowo uwarunkowanych przekonań dotyczących snów (Hołda i Szmigielska, 2011). Samoopisową metodą analizy treści marzeń sennych jest również *Dream Content Questionnaire* (DCQ) Bernsteina i Robertsa (1995). Kwestionariusz zawiera między innymi bezpośrednie pytania o występowanie treści agresywnych, formę agresji (werbalna lub fizyczna), o przyjmowaną we śnie rolę (świadek lub uczestnik agresji), na kogo jest zwykle skierowana, jak również pytania o występowanie snów, w których ma miejsce walka, oraz o podobieństwo form agresji występujących we śnie do okazywanych na jawie. Badanie DCQ łączy w sobie wady samoopisowych technik badania agresji oraz narzędzi kwestionariuszowych służących do badania snu.

Według Domhoffa (2000), kwestionariusze nie mogą być stosowane w badaniach treści zamiast opisów snów, ponieważ pomiędzy ocenami kwestionariuszowymi a treścią marzeń sennych nie występuje korelacja (lub występuje bardzo niewielka) i dlatego nie mogą być uznawane za metodę badania ich treści.

W badaniach nad marzeniami sennymi stosowana jest także technika wywiadu, źródłem opisów snów może być również relacja terapeutyczna, ale fakt, że pacjenci są wąską i niereprezentatywną grupą badaną, stanowi ograniczenie badań (Domhoff, 2000). Dane dotyczące treści marzeń sennych mogą być gromadzone także za pomocą techniki ostatniego pamiętanego snu (*Most Recent Dream*, MRD) (Domhoff, 1996, 2000; Hall i Van de Castle, 1966), polegającej na zapisywaniu przez osoby badane ostatniego snu, jaki pamiętają. Technika ta jest szczególnie wykorzystywana w badaniach grupowych i stanowi wydajny i niedrogi sposób zbierania dużych próbek anonimowych opisów snów (badani ujawniają jedynie swój wiek i płeć). Uniemożliwia to jednak gromadzenie dużej ilości danych osobowościowych i dotyczących funkcjonowania poznawczego.

Do badania treści marzeń sennych służą jednak przede wszystkim dzienniki snów (Domhoff, 1996, 2000; Hall i Van de Castle, 1966; Schredl, 2001; Schredl i Doll, 1998; Schredl i Hofmann, 2003). Są to osobiste dokumenty, mogące zapewnić wgląd w osobowość śniącego. Procedura polega na zapisywaniu przez osoby badane wszystkich swoich snów przez określony czas. Do analiz można też wykorzystać osobiste dzienniki spontanicznie prowadzone przez badanych (Domhoff, 2000).

Treść marzeń sennych, zgromadzona za pomocą dzienników, techniki ostatniego pamiętanego snu lub innych technik zbierania opisów snów, może być analizowana jakościowo, np. za pomocą metody wolnych skojarzeń lub *Spersonalizowanej metody interpretacji snów* (*the Personalized Method for Interpreting Dreams,* PMID). Może również być analizowana ilościowo, za pomocą różnego rodzaju systemów. Interpretacja snów stosowana jest najczęściej w psychoterapii lub rożnego rodzaju treningach dla osób zdrowych, gdzie istotny jest samorozwój lub lepsze rozumienie siebie (Hołda i Szmigielska, 2011). Problem stanowi niska rzetelność metod interpretacyjnych w badaniach treści marzeń sennych oraz ograniczona możliwość uogólniania wyników uzyskanych przy ich wykorzystaniu. Doprowadziło to do powstania podejścia ilościowego w analizie treści marzeń sennych, opierającego się na zdefiniowanych kategoriach elementów występujących w treści snów (poszczególne elementy są zliczane i poddawane analizie statystycznej). W większości systemów kodowania kategorie nie są jednak na tyle jasno zdefiniowane, aby zgodność ocen sędziów kompetentnych, a tym samym rzetelność, była wysoka. Ponadto są zbudowane jak skale ocen, które wymagają trudnych rozróżnień i przypisywania ważności poszczególnym elementom, a także były używane w stosunkowo niewielkiej liczbie badań (Domhoff, 1996).

Tych wad nie posiada pierwszy, a jednocześnie najobszerniejszy i powszechnie stosowany (Domhoff, 2000, 2007; Schredl i Doll, 1998), *System ilościowej analizy marzeń sennych*. Został on opracowany przez Halla i Van de Castle'a (*the Hall/Van de Castle System of Quantitative Dream Content Analysis,* 1966) i jest wyjątkowy wśród wszystkich metod analizy snu, ponieważ opiera się wyłącznie na opisach snów. Jest uznawany za system empiryczny, obiektywny i niezwykle obszerny (choć niewyczerpujący), a także bardziej przydatny niż inne systemy (Domhoff, 1996). Zawiera on szczegółowo opisane kategorie, zarówno empiryczne, jak i teoretyczne, do klasyfikacji i oceny elementów treści marzeń sennych oraz

normy dla rożnych grup wiekowych. Analiza treści marzeń sennych, za pomocą tego systemu, polega na wyszukiwaniu w treści opisu snu elementów należących do poszczególnych kategorii, które następnie klasyfikuje się zgodnie z opracowanymi przez autorów szczegółowymi podkategoriami (tzw. kodowanie). Elementy treści snów są sumowane, a następnie poddawane analizom statystycznym. W *Systemie ilościowej analizy marzeń sennych* Halla i Van de Castle'a (1966) analizowane przez autorów kategorie to: postacie, interakcje społeczne (agresywne, przyjacielskie i seksualne), działania, sukcesy i porażki, nieszczęścia i szczęśliwe zdarzenia, emocje, miejsca, obiekty, modyfikatory opisowe, odnośniki czasowe, elementy z przeszłości i odnośniki do jedzenia. Kategorie mogą być łączone i tworzyć dzięki temu nowe wskaźniki.

Badacze uznają, że za pomocą tego systemu uzyskano do tej pory najbardziej rzetelne, systematyczne i użyteczne wyniki ilościowe dotyczące treści marzeń sennych (Domhoff, 1996). Podejście ilościowe do badania marzeń sennych różni się od innych podejść dużą obiektywnością: nie korzysta z analizy przypadków, swobodnych skojarzeń, amplifikacji, interpretacji symboli lub jakichkolwiek innych materiałów, poza samymi relacjami ze snów (Hall i Van de Castle, 1966).

Podejście ilościowe jest oparte na koncepcjach zakładających ciągłość procesów psychicznych na jawie i we śnie (Bernstein i Roberts, 1995; Hall, 1953). Analizy obszernych dzienników snów wykazały, że istnieje duży stopień zgodności treści, o których dana osoba śni w okresie od kilku miesięcy, nawet do 50 lat, a także znaczna ciągłość pomiędzy elementami pojawiającymi się w snach a życiem na jawie. System Halla i Van de Castle'a ma wiele zalet: obejmuje każdą kategorię, która została ujęta w innych empirycznych systemach analizy treści marzeń sennych, ma dokładne zasady kodowania, był często stosowany, jest wiarygodny i dotyczy interesujących cech, którymi osoby charakteryzują się na jawie. Według Domhoffa (1999a), każdy teoretyk, podejmujący się systematycznej pracy empirycznej nad marzeniami sennymi, aby przetestować swoją teorię, powinien korzystać z *Systemu ilościowej analizy marzeń sennych* Halla i Van de Castle'a (1966). Przekonanie autora wynika z tego, że system jest sprawdzony pod względem rzetelności i trafności, a także jest neutralny teoretycznie. Ponadto można go łatwo rozszerzać i modyfikować, do czego autorzy zachęcają (Domhoff, 1996, 2000; Hall i Van de Castle, 1966).

Badacze wymieniają szereg trudności metodologicznych w badaniach nad marzeniami sennymi, takich jak: brak bezpośredniego dostępu do marzenia sennego, a jedynie do jego opisu; ograniczenia pamięci (trudności z zapamiętaniem marzenia sennego); ograniczenia języka (trudności z opisaniem doświadczeń ze snu, najczęściej obrazowych); konieczność przejścia ze stanu snu do stanu czuwania (marzenie senne relacjonowane jest w innym stanie świadomości, niż ten, w którym jest doświadczane); społeczny charakter relacjonowania snu (możliwość zniekształceń w celu wywierania wrażenia na słuchaczach); wiarygodność relacji (brak możliwości obiektywnego sprawdzenia dokładności i prawdziwości relacji); uzyskiwanie materiału w różnych warunkach i trudności z porównywaniem go; różne definicje marzenia sennego stosowane w poszczególnych badaniach oraz odmienne sposoby rozumienia marzenia sennego przez osoby badane (Hołda i Szmigielska, 2011); niechęć lub niemożność dzielenia się swoimi snami przez badanych oraz zróżnicowana częstość odpamiętywania snów (*dream recall frequency*) – nawet osoby śniące często zwykle nie są w stanie codziennie przypomnieć sobie treści swoich marzeń sennych (Domhoff, 1996). Pomimo trudności w uzyskiwaniu danych ze snów i braku pewności co do nich można, według Domhoffa (1996), uznać je za dane bardzo dobrej jakości. Osoby dostarczające opisy snów stanowią reprezentatywną dla populacji grupę pod względem struktury osobowości i stylów poznawczych, a ich raporty (szczególnie gdy są w standaryzowanej formie) stanowią z dużym prawdopodobieństwem reprezentatywną próbę życia we śnie. Cechy osobowości, podobnie jak zmienne poznawcze, nie odgrywają żadnej lub bardzo niewielką rolę w rozróżnianiu, kto przywołuje sny często, a kto nie.

Może również wystąpić błąd podczas zbierania opisów snów, np. pewne aspekty treści marzenia sennego mogą zostać celowo zmienione lub ich ważność umniejszona na podstawie instrukcji podanej osobie badanej, jak również osoby badane mogą zmyślać lub dopisywać szczegóły snu do tego, co rzeczywiście pamiętają (Domhoff, 1996). Większość ludzi nie czuje się jednak osobiście odpowiedzialna za treść swoich snów, dzięki czemu nie odczuwa motywacji, aby je cenzorować (Foulkes, 1979).

W badaniach metodą dzienników snów główny problem stanowi potencjalna niechęć osoby badanej do dzielenia się z badaczem treściami marzeń sennych, ze względu na ich osobisty charakter. Badany może

wstydzić się swoich snów, ponieważ robi w nich rzeczy, które na jawie uznaje za niedopuszczalne (np. akty agresji lub nietypowy seks). Marzenia senne mogą również wzbudzać lęk u śniącego, który będzie chciał o nich zapomnieć (np. koszmary senne). Istnieje również obawa przed odsłonięciem swoich słabości przed badaczem i zdradzeniem zbyt wiele na swój temat, co wywołuje poczucie zagrożenia i braku kontroli. Niektórzy potępiają swoje marzenia senne jako złe w kategoriach moralnych, inni natomiast uważają je za głupie i dziwaczne, a opowiadanie o nich za niedorzeczne (Hill, 2000). Dotyczy to głównie pacjentów w trakcie psychoterapii, natomiast u większości ludzi ryzyko to nie jest wysokie, ponieważ marzenia senne najczęściej nie są traktowane jako przedłużenie aktywności dziennej. Ze względu na uznawanie w kulturze zachodniej niezależności snów od woli i powszechne przekonanie o braku wpływu na treść marzeń sennych istnieje większa łatwość opowiadania, co się śniło, niż o rzeczach, które się rzeczywiście wydarzyły (Domhoff, 1999b). Ponadto opisy marzeń sennych są wrażliwe na autoprezentację, ale w mniejszym stopniu niż miary samoopisowe. Kolejna niedogodność wiąże się z tym, że dzienniki mogą zawierać luki lub pominięcia (Domhoff, 2000). Ponadto jest to metoda czaso- i pracochłonna, nie tylko dla badacza, ale i dla badanego. Konieczny jest odpowiedni poziom sumienności i systematyczności, aby codziennie przez dany okres opisywać treść swoich marzeń sennych. Ponadto nie ma możliwości obiektywnego zweryfikowania dokładności i prawdziwości zapisanych informacji (Domhoff, 1996). Dzienniki snów dostarczają jednak bogatego i relatywnie wiarygodnego materiału do analiz.

Z perspektywy badań nad osobowością agresywną wadą systemu analizy ilościowej Halla i Van de Castle'a (1966) jest jego niepełność: system uwzględnia kategorię agresji i niektóre jej formy, ale nie wszystkie. Autorzy systemu zachęcają jednak, aby go rozwijać (Domhoff, 1996, 2000; Hall i Van de Castle, 1966).

Pomimo świadomości powyższych ograniczeń, nie należy rezygnować z analizy zebranego w ten sposób materiału, a jedynie ostrożnie traktować uzyskane wyniki. Opis snu jest powszechnie akceptowanym dowodem na wystąpienie marzenia sennego i daje możliwość jego analizy (Kramer, 2006; Pagel i in., 2001). Techniki stosowane w badaniach nad marzeniami sennymi uzyskują zadowalające wskaźniki psychometryczne, umożliwiając rzetelny pomiar różnych aspektów marzeń

sennych (Hill i in., 2001; Schredl, Brenner i Faul, 2002; Schredl i Fulda, 2005; Watson, 2003).

2.5 Podsumowanie

Podobnie jak w przypadku psychologii agresji, brak konsensusu w dziedzinie badań snu i marzeń sennych znajduje odzwierciedlenie w braku powszechnie akceptowanej definicji. Dlatego w badaniach nad marzeniami sennymi, podobnie jak w badaniach nad agresją, stosowanych jest wiele różnych, często wykluczających się, definicji tego zjawiska. Definicje psychologiczne dotyczą takich aspektów, jak kontinuum jawy i snu, przypominanie snów oraz treść marzeń sennych. Często koncentrują się na sugerowanej funkcji marzeń sennych i ich treść zależy od przyjętej perspektywy. Wspólne założenie, jakie wyłania się z przedstawionych definicji, sprowadza się do stwierdzenia, że marzenie senne jest subiektywnym doświadczeniem występującym podczas snu, lecz jego szczegółowe charakterystyki oraz korelaty fizjologiczne pozostają dyskusyjne. Na potrzeby niniejszej pracy *marzenie senne* zdefiniowano za Hołdą i Szmigielską (2011, s. 48) jako „subiektywne doświadczenie występujące podczas snu, które zostało zapamiętane po obudzeniu i może zostać zrelacjonowane w formie ustnej lub pisemnej".

W badaniach nad marzeniami sennymi wyróżnia się podejścia psychoanalityczne, ewolucyjne, neuropsychologiczne (w tym neuropoznawcze) oraz poznawcze (Pagel i in., 2001), które zostały szczegółowo opisane. Niniejsza praca opiera się na podejściu poznawczym, które podkreśla podobieństwa pomiędzy funkcjami poznawczymi na jawie a śnieniem i koncentruje się na badaniu treści marzeń sennych w kontekście procesów psychicznych na jawie (Bernstein i Roberts, 1995; Domhoff, 1996, 2000, 2005, 2010; Gilchrist i in., 2007; Hall, 1953; Hall i Domhoff, 1963; Hall i Nordby, 1972; Hall i Van de Castle, 1966; Schredl i in., 1998; Schredl i in., 2004).

Wyniki badań snu i marzeń sennych potwierdzają założenia modelu poznawczego o istnieniu wielu podobieństw pomiędzy snem a jawą (Hall i Van de Castle, 1966; Hobson, 1988). Przekonanie o ciągłości procesów psychicznych, w tym odzwierciedlanie przez marzenia senne

osobowości śniącego, zostało potwierdzone w wielu współczesnych badaniach (Bulkeley i Domhoff, 2010; Domhoff, 1999c, 2003; Foulkes, 1985; Kahan i in., 1997; Schredl, 2001; Schredl i Hofmann, 2003; Schredl, Sahin i Schäfer, 1998; States, 2000; Watson, 2003). Częste występowanie agresji w treści marzeń sennych może być traktowane jako odbicie agresywnej osobowości, badacze nie wykluczają jednak możliwości, że stanowi odbicie doświadczenia, a więc np. konfliktu występującego w życiu na jawie. Obok *hipotezy ciągłości*, innym ważnym powodem dla badania treści marzeń sennych w kontekście agresywności jest przewaga agresywnych zachowań nad wszystkimi innymi występującymi w snach. Agresywne działanie w snach jest zwykle wyrażone w sposób jawny, stąd odwoływanie się do marzeń sennych, aby dowiedzieć się więcej na temat agresywności (Hall i Domhoff, 1963).

Na potrzeby niniejszej pracy przyjęto za badaczami nurtu poznawczego założenie, że podstawą agresji w marzeniach sennych jest osobowość śniącego. W związku z tym sformułowano następujące definicje agresji oraz agresywności w marzeniach sennych: *agresja w marzeniach sennych* to agresywne treści pojawiające się we śnie, natomiast *agresywność w marzeniach sennych* została zdefiniowana jako przejawiająca się w treści marzeń sennych skłonność do zachowań agresywnych. O agresywności w marzeniach sennych danej osoby można wnioskować na podstawie ilości treści agresywnych, czyli różnego rodzaju zachowań agresywnych, występujących w marzeniach sennych. Podejście poznawcze zostało wybrane ze względu na liczbę potwierdzających je badań, obiektywny charakter, dzięki któremu możliwe jest badanie osobowości śniącego oraz ze względu na rzetelne i trafne narzędzie do ilościowej analizy treści marzeń sennych, stworzone w tym nurcie.

Do badania treści marzeń sennych służą takie metody, jak: opisy snów zbierane w środowisku laboratoryjnym i pozalaboratoryjnym, techniki kwestionariuszowe, wywiad, technika ostatniego pamiętanego snu, a także dzienniki snów (Domhoff, 1996, 2000; Hall i Van de Castle, 1966; Schredl, 2001; Schredl i Doll, 1998; Schredl i Hofmann, 2003). Domhoff (2000) postuluje jednak, aby w badaniach treści marzeń sennych nie stosować kwestionariuszy zamiast opisów snów, ponieważ pomiędzy ocenami kwestionariuszowymi a treścią marzeń sennych nie występuje korelacja (lub występuje bardzo niewielka) i dlatego nie mogą być uznawane za metodę badania ich treści. Najbardziej właściwą metodą

badania treści marzeń sennych wydają się więc dzienniki snów. Treść marzeń sennych, zgromadzona metodą dzienników, może być analizowana jakościowo albo ilościowo za pomocą różnego rodzaju systemów, wśród których wyróżnia się *System ilościowej analizy marzeń sennych* Halla i Van de Castle'a (1966). Podejście ilościowe do badania marzeń sennych różni się od innych podejść dużą obiektywnością (Hall i Van de Castle, 1966), ponadto jest ono oparte na koncepcjach zakładających ciągłość procesów psychicznych na jawie i we śnie (Bernstein i Roberts, 1995; Hall, 1953). Dlatego też zostało przyjęte w niniejszej pracy.

W kolejnym rozdziale omówione zostaną badania własne dotyczące związku agresywności w marzeniach sennych z gotowością do agresji na jawie, w których wykorzystano autorską, ilościową metodę badania agresywności opartą na analizie treści marzeń sennych – *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*.

3. Związek agresywności w marzeniach sennych z gotowością do agresji na jawie. Badania własne

3.1 Problem, hipoteza i pytania badawcze

Podstawowym celem prezentowanych badań jest próba pokazania związku pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych a agresywnością przejawianą na jawie oraz ustalenia charakteru tego związku. Badania miały przynieść odpowiedź na pytanie, czy istnieje związek pomiędzy występowaniem agresji w marzeniach sennych a gotowością do agresji przejawianą na jawie. W szczególności chodziło o ustalenie, czy analizowanie marzeń sennych pod kątem treści agresywnych jest dobrą metodą diagnozy agresywnej osobowości, a ponadto, czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie. Innymi słowy, czy ten sam mechanizm gotowości do agresji wywołuje agresję na jawie i powoduje pojawianie się agresji w snach, czyli czy agresja w marzeniach sennych jest związana z agresywnością, tak samo, jak ma to miejsce na jawie. Ponadto, ze względu na ograniczenia stosowanych dotychczas metod pomiaru, w niniejszej pracy podjęto próbę badania agresywności poprzez analizę treści marzeń sennych z wykorzystaniem metody ilościowej.

Poniżej przedstawiona i uzasadniona zostanie główna hipoteza pracy i pytania badawcze. W wielu dotychczasowych badaniach wykazano, że istnieje korelacja między Ja na jawie i we śnie w odniesieniu do emocji i nastroju, wyobraźni, zainteresowań, doświadczeń, w tym przeżywanych konfliktów, problemów i obaw, wyznawanych wartości, postaw, aktywności, stylu życia, zachowań, relacji społecznych oraz osobowości śniącego. Aktywność umysłowa we śnie jest bardzo podobna do funkcjonowania poznawczego na jawie i w znacznym stopniu związana z tymi samymi treściami psychicznymi (Bernstein i Roberts, 1995; Bulkeley

i Domhoff, 2010; Bursik, 1998; Crugnola i in., 2008; Domhoff, 1996, 1999c, 2003, 2005; Foulkes, 1985; Hall, 1947, 1953; Hall i Domhoff, 1963; Hall i Nordby, 1972; Hall i Van de Castle, 1966; Hermans, 1987; Kahan i in., 1997; Kramer i in., 1983; Krippner i in., 1998; Moorcroft, 2003; Munroe i in., 1985; Oberst i in., 2005; Robbins i Kilbride, 1971; Schneider i Domhoff, 2009; Schredl, 2001; Schredl i Hofmann, 2003; Schredl, Loßnitzer i Vetter, 1998; Schredl i Piel, 2005; Schredl, Sahin i Schäfer, 1998; States, 2000; Watson, 2003; Winget i in., 1972). Ponadto w badaniach wykazano związek między agresywnymi treściami marzeń sennych a osobowością i emocjami (m.in. Aumann i in., 2012; Bernstein i Roberts, 1995; Gerber, 1978; Gilchrist i in., 2007; Hall, 1953; Hartmann, 1984, 1991, 1998; Hartman i in., 1987; Hill, 1974; Lang i O'Connor, 1984; Mathes i Schredl, 2013; Samson i De Koninck, 1986; Shredl, 2003).

Badania z wykorzystaniem analizy treści marzeń sennych wykazały, że stabilne charakterystyki, takie jak cechy osobowości, wpływają na treść marzeń sennych. Istnieją związki między niektórymi cechami osobowości i postawami a emocjami doświadczanymi we śnie. Negatywne cechy osobowości lub postawy, neurotyczność, afekt negatywny i niski dobrostan, są skorelowane dodatnio z negatywnymi emocjami we śnie, takimi jak gniew, niepokój lub lęk, smutek, poczucie zagubienia lub przerażenia, oraz z częstością nieprzyjemnych snów. Natomiast osobowość pozytywna lub postawa optymistyczna, pełna nadziei i zadowolenia z życia, pozytywne emocje i potrzeba poznania korelują dodatnio z pozytywnymi emocjami we śnie, takimi jak radość, szczęście, miłość, zadowolenie, zainteresowanie lub podekscytowanie (Blagrove, Farmer i Williams, 2004; Gilchrist i in., 2007; Zadra i Donderi, 2000). Osoby neurotyczne informują o większej liczbie snów, w których czuły się sfrustrowane i zagubione, doświadczają również więcej snów o charakterze awersyjnym (Aumann i in., 2012; Bernstein i Roberts, 1995). Sny ekstrawertycznych mężczyzn zawierają więcej postaci żeńskich w porównaniu ze snami mężczyzn introwertycznych, natomiast niska sumienność jest skorelowana z większą liczbą broni w snach mężczyzn. Osoby ugodowe zgłaszają więcej postaci w snach, a osoby o wysokiej otwartości na doświadczenie donoszą o większej liczbie nieznajomych postaci (Mathes i Schredl, 2013). Podobne zależności ustalono w badaniach osobowości i zachowań na jawie.

Na podstawie powyższych danych sformułowano następującą hipotezę:

H1. Istnieje zależność między agresywnością w snach a gotowością do agresji na jawie, w związku z tym możliwy jest pomiar gotowości do agresji na jawie poprzez analizę treści marzeń sennych.

Ze względu na brak badań dotyczących wszystkich form agresji interpersonalnej, mogących występować we śnie, postawiono następujące pytanie badawcze:

Pytanie 1. Czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie?

Dodatkowym celem badania było uzyskanie informacji na temat korelatów osobowościowych agresywności w marzeniach sennych. Ze względu na niewielką liczbę badań z wykorzystaniem pięcioczynnikowego modelu osobowości (PMO) dotyczących zależności treści marzeń sennych, a w szczególności agresji w marzeniach sennych, od czynników NEOUS, sformułowane zostało kolejne pytanie badawcze:

Pytanie 2. Czy istnieje związek między cechami osobowości NEOUS a agresywnością w marzeniach sennych?

Ze względu na brak badań dotyczących roli przyjmowanej przez śniącego w kontekście treści agresywnych, a jedynie istniejące sugestie, że powinno się uwzględniać ten aspekt w badaniach agresji w marzeniach sennych (np. Schredl i Mathes, 2014), postawiono pytanie badawcze: Pytanie 3. Czy istnieje zależność między cechami osobowości śniącego a rolą przyjmowaną we śnie (agresora, ofiary, obserwatora lub autoagresora)?

Hipotezy i pytania szczegółowe zostały przedstawione na poziomie ich operacjonalizacji w dalszej części pracy (podrozdział 3.3.1). Badania przebiegały w dwóch etapach, które są szczegółowo przedstawione poniżej. Natomiast zbiorcze i syntetyczne zestawienie istotnych informacji dotyczących metody badań, z podziałem na te etapy, znajduje się w *Aneksie* (Załącznik 1i).

3.2 Opracowanie i analiza właściwości psychometrycznych narzędzi autorskich

W pierwszym etapie realizacji projektu opracowany został *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* oraz skonstruowana *Skala obserwacyjna studenta* (SOS). W tym etapie zostały przeprowadzone badania pilotażowe z użyciem obu narzędzi oraz dokonano analizy ich właściwości psychometrycznych.

3.2.1 System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych

3.2.1.1 Metoda

System ilościowej analizy marzeń sennych Halla i Van de Castle'a (1966) został poszerzony o inne formy agresji, wyróżnione przez badaczy zachowań agresywnych. Modyfikacja polegała na dodaniu kategorii obejmujących formy agresji wymienione przez Krahé (2006), których oryginalny system analizy snów nie uwzględnia. Autorska wersja systemu składa się ostatecznie z siedemnastu kategorii.

W oryginalnej metodzie analizy treści marzeń sennych Halla i Van de Castle'a (1966) do wyznaczników agresji, jednej z trzech kategorii interakcji społecznych, należą agresja fizyczna i niefizyczna. *Agresja niefizyczna* składa się z następujących podkategorii dotyczących agresji ukrytej:

A1 – ukryte uczucie wrogości lub gniewu bez jawnego wyrażania agresji;

oraz agresji werbalnej:

A2 – agresja wyrażana przez aktywność werbalną lub ekspresyjną;

A3 – podkategoria ta obejmuje wszystkie sytuacje, w których jedna z postaci podejmuje próbę odrzucenia, wykorzystania, kontroli lub werbalnego przymusu;

A4 – agresywne zachowanie polegające na rzuceniu poważnego oskarżenia lub werbalnym zagrożeniu wyrządzeniem krzywdy innej postaci.

Do *agresji fizycznej* należą następujące podkategorie:

A5 – agresywny akt, który dotyczy kradzieży lub zniszczenia mienia należącego do innej postaci;
A6 – agresywny akt, który wiąże się ze ściganiem innej postaci, schwytaniem, ograniczaniem lub fizycznym zmuszaniem do wykonywania niektórych czynności;
A7 – agresywny akt, który wiąże się z próbą fizycznego skrzywdzenia innej postaci;
A8 – agresywny akt, który prowadzi do śmierci innej postaci.

Oprócz istniejących w ramach systemu podkategorii zostały uwzględnione pozostałe formy agresji zgodne z wymiarami typologii zachowań agresywnych, analizowanymi przez Krahé (2006), których nie zawiera oryginalny system. Dodane kategorie to:

1. *agresja czynna (a9)* – zachowania szkodliwe dla osób, na które się je kieruje;
2. *agresja bierna (a10)* – powstrzymywanie się od określonego zachowania, powodujące szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem (celem) agresji;
3. *agresja bezpośrednia (a11)* – skierowanie ataku wprost na określoną osobę;
4. *agresja pośrednia (a12)* – agresja przeniesiona (przemieszczona), skierowana na osoby lub przedmioty niebędące przyczyną agresji;
5. *agresja niesprowokowana (a13)* – spontaniczne zachowania agresywne, niesprowokowane przez inną osobę;
6. *agresja odwetowa (a14)* – zachowanie agresywne w odpowiedzi na prowokację;
7. *agresja wroga (a15)* – celem agresji wrogiej jest zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie jako ekspresja (wyraz) uczuć negatywnych;
8. *agresja instrumentalna (a16)* – agresywne zachowanie podejmowane, aby osiągnąć określony cel, każdy inny niż zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie;
9. *agresja jawna (a17)* – widoczne zachowania agresywne.

Agresja ukryta była brana pod uwagę z tego względu, że chociaż nie powoduje realnych szkód jej ofierze, jest jednak ważna z perspektywy diagnozy osoby badanej: agresywne wyobrażenia, myśli i uczucia świadczą o jej agresywności, nawet jeśli nie jest ona wyrażona w jawnych zachowaniach agresywnych, a osoba badana jedynie o nich fantazjuje,

myśli lub je przeżywa. Zachowania agresywne o przejściowych i długotrwałych konsekwencjach nie były brane pod uwagę, ponieważ nie odnoszą się do sposobu zachowania danej osoby, ale do konsekwencji jej działań, podobnie jak agresja psychiczna, odnosząca się do rodzaju szkody, którą może powodować. Podział na zachowania agresywne jednostki i grupy nie był brany pod uwagę, ze względu na koncentrację w badaniu wyłącznie na zachowaniach jednostki (Krahé, 2006).

Pod uwagę była brana agresja interpersonalna (między ludźmi i postaciami uczłowieczonymi, wobec zwierząt oraz agresja wobec postaci przeniesiona na przedmioty). Agresja z udziałem zwierząt była brana pod uwagę za wyjątkiem sytuacji, gdy zwierzę jest agresorem, zgodnie z definicją uznawaną przez autorów systemu oraz przez innych badaczy marzeń sennych, opisującą agresję we śnie jako „*zamierzone* działanie ze strony jednej z postaci, podejmowane w celu skrzywdzenia lub rozdrażnienia innej postaci" (Schneider i Domhoff, 2016). Nie zaliczają się do niej również: obrażenie albo przeciwność losu, spowodowane przez przypadek lub okoliczności środowiskowe (Domhoff, 1996).

Analiza tą metodą polega na zaklasyfikowaniu agresywnych treści marzeń sennych do jednej lub więcej kategorii obejmujących formy agresji i zakodowaniu ich zgodnie z systemem.

Osoby badane i procedura

Ze względu na złożoną procedurę badawczą, jej opis został połączony z opisem grupy osób badanych, w celu zwiększenia czytelności danych.

W badaniu pilotażowym wzięło udział 7 osób (6 kobiet i 1 mężczyzna) w wieku 19–24 lata (M = 21), od których zebrano 70 relacji z marzeń sennych. Badanie polegało na zebraniu relacji z marzeń sennych od osób badanych za pomocą dzienników snów, prowadzonych przez około miesiąc. Dzienniki były zbierane aż do uzyskania przez badacza trzech opisów snów zawierających w sumie wszystkie rodzaje agresji i ról, jakie mogli pełnić śniący. Każda z 7 osób badanych dostarczyła 10 opisów marzeń sennych, a każdy z nich został zanalizowany przez prowadzącego badania pod kątem występowania treści agresywnych, które zostały zaklasyfikowane i zakodowane zgodnie z *Systemem ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*. Procedura w tym etapie nie różniła się od przebiegu pierwszej fazy badań właściwych (II etap badań), dlatego zebrane relacje z marzeń sennych zostały włączone do badań właściwych

(oprócz relacji mężczyzny) i posłużyły jako materiał do dalszej analizy, ponieważ nie zostały dokonane żadne zmiany w metodzie.

Na potrzeby analiz rzetelności i trafności *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* przebadano grupę 30 osób (18 kobiet i 12 mężczyzn) w wieku 24–46 lat (M = 34). Byli to psycholodzy różnych specjalności i pracujący w zawodach psychologicznych (absolwenci psychologii, psychoterapeuci, psycholodzy pracujący w poradniach psychologiczno-pedagogicznych i inni), występujący w roli sędziów kompetentnych. Grupę badanych dobrano na podstawie umiejętności diagnozy, doświadczenia w tym zakresie i możliwości wykorzystania przez sędziów kompetentnych systemu w diagnozie. Badani otrzymali trzy wybrane opisy snów (uwzględniające wszystkie rodzaje agresji i ról, jakie mogli pełnić śniący: agresora, ofiary, obserwatora i autoagresora) i zasady kodowania wraz z listą rodzajów agresji, jakie mieli za zadanie zakodować. Na tej podstawie oceniali kompletność systemu, czyli, czy według nich, uwzględnione są wszystkie rodzaje agresji. Sędziowie samodzielnie analizowali opisy snów (znajdowali w nich agresywne treści i je kodowali), a następnie porównywali uzyskane przez siebie wyniki ze zanalizowanymi przez autorkę zmodyfikowanej wersji systemu. Na tej podstawie wyciągali wnioski co do jasności systemu i łatwości samodzielnej analizy oraz przekazywali uwagi dodatkowe. Sędziowie kompetentni dokonali więc oceny systemu pod względem: kompletności, łatwości analizy oraz wystawiali jego ogólną ocenę. Procedura służyła analizie trafności treściowej *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*. Ponadto na podstawie wyników kodowania agresywnych treści marzeń sennych określono rzetelność systemu (współczynnik zgodności sędziów kompetentnych).

Podstawy teoretyczne metody zostały opisane w podrozdziale 2.4. Zasady kodowania agresji w opisach snów, udostępnione sędziom kompetentnym, znajdują się w *Aneksie* (Załącznik 2a).

Statystyki opisowe *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* obliczono na podstawie wyników 62 kobiet w wieku 19–28 lat (M = 22), czyli grupy, która brała udział w badaniach właściwych.

3.2.1.2 Wyniki

Nie było możliwe wykonanie analizy czynnikowej dla *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* ze względu na to, że system zawiera kategorie, które są skalami nominalnymi. Aby ustalić rzetelność systemu, został obliczony współczynnik zgodności sędziów kompetentnych, którzy samodzielnie kodowali agresywną treść marzeń sennych. W przypadku autorskiego systemu *W* Kendalla wyniosło 0,56, a więc zgodność sędziów można określić jako wystarczającą, a metodę jako rzetelną. Analogiczny współczynnik dla oryginalnej skali agresywnych interakcji społecznych Halla i Van de Castle'a wynosi 0,54 (Domhoff, 1996).

Ponadto w celu ustalenia trafności metody analizy, sędziowie dokonali oceny systemu pod względem: jego kompletności, łatwości analizy oraz wystawili jego ogólną ocenę. System otrzymał od 30 sędziów kompetentnych dobre oraz bardzo dobre oceny na pięciostopniowej skali pod względem: kompletności systemu (M = 4,8), łatwości analizy (M = 3,9) oraz bardzo dobrą ogólną ocenę (M = 4,6), a więc jego trafność treściową można określić jako wysoką.

Szczegółowe statystyki opisowe dla form agresji w marzeniach sennych i wyniku ogólnego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* znajdują się w tabeli 4.

Tabela 4

Statystyki opisowe dla form agresji w marzeniach sennych i wyniku ogólnego Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych (N = 62)

	N	Min	Max	Średnia			Skośność		Kurtoza	
				M	*SE*	*SD*	*SKE*	*SE*	*K*	*SE*
AM	62	0,0	126	34,23	3,56	28,07	1,23	,30	1,46	,60
AW	62	0,0	9	2,82	0,32	2,49	0,58	,30	−0,69	,60
AF	62	0,0	18	3,82	0,59	4,68	1,53	,30	1,77	,60
A1	62	0,0	11	2,87	0,34	2,66	0,87	,30	0,07	,60
A2	62	0,0	6	2,16	0,24	1,87	0,45	,30	−0,90	,60
A3	62	0,0	2	0,34	0,08	0,65	1,73	,30	1,67	,60

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

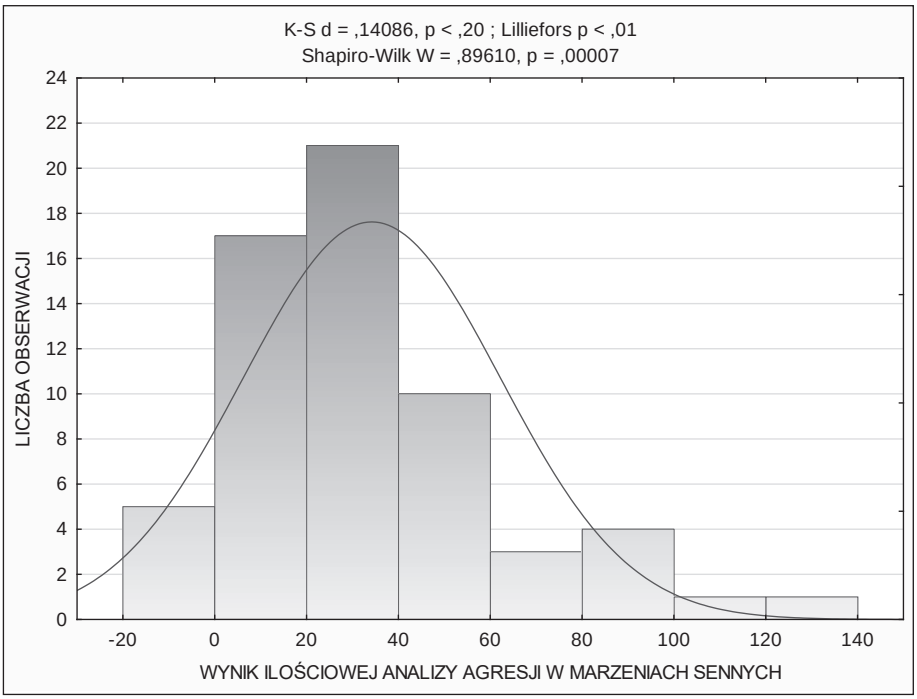
A4	62	0,0	2	0,32	0,06	0,50	1,17	,30	0,24	,60
A5	62	0,0	3	0,32	0,08	0,62	2,20	,30	5,40	,60
A6	62	0,0	6	0,84	0,16	1,23	1,95	,30	4,62	,60
A7	62	0,0	11	2,00	0,32	2,55	1,49	,30	2,04	,60
A8	62	0,0	6	0,66	0,15	1,21	2,28	,30	5,85	,60
a9	62	0,0	18	4,82	0,52	4,13	1,17	,30	1,19	,60
a10	62	0,0	3	0,32	0,09	0,67	2,19	,30	4,43	,60
a11	62	0,0	18	4,76	0,52	4,09	1,17	,30	1,27	,60
a12	62	0,0	3	0,19	0,06	0,51	3,44	,30	14,90	,60
a13	62	0,0	11	3,11	0,38	2,99	1,10	,30	0,57	,60
a14	62	0,0	12	1,79	0,27	2,11	2,20	,30	7,79	,60
a15	62	0,0	14	3,10	0,35	2,79	1,45	,30	3,31	,60
a16	62	0,0	12	1,61	0,31	2,42	2,30	,30	5,87	,60
a17	62	0,0	18	5,00	0,54	4,23	1,14	,30	1,10	,60

Wynik ogólny analizy *Systemem ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* obliczano, sumując punkty przyznane we wszystkich kategoriach agresji we śnie. Najniższy uzyskany w badaniach wynik wynosił 0 punktów, najwyższy 126. Podstawowe statystyki opisowe systemu są przedstawione w tabeli 5.

Tabela 5
Statystyki opisowe Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych (N = 62)

	Średnia	Mediana	Odchylenie standardowe	Minimum	Maksimum
Ogólny wskaźnik agresywności w marzeniach sennych (AM)	34,23	31,50	28,07	0	126

Rozkład wyników dla *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* odbiega od rozkładu normalnego (rys. 1); przeprowadzone testy



Rysunek 1. Rozkład wyników dla *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* (*N* = 62).

normalności rozkładu (Lillieforsa i *W* Shapiro–Wilka) wykazały odchylenia od normalności. W analizach statystycznych z udziałem systemu wykorzystano jednak testy parametryczne, ponieważ badane zmienne są ciągłe.

3.2.1.3 Dyskusja wyników

Otrzymane wyniki wskazują na to, że autorski *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* okazał się metodą o wysokiej trafności i wystarczającej rzetelności. Trafność treściowa systemu została określona na podstawie jego oceny przez sędziów kompetentnych pod względem kompletności i łatwości analizy oraz ogólnej oceny. Autorski system został oceniony bardzo dobrze.

Nie było możliwe wykonanie analizy czynnikowej dla *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*, ze względu na jego właściwości.

Aby ustalić rzetelność systemu, został obliczony współczynnik zgodności sędziów kompetentnych, którzy samodzielnie kodowali agresywną treść marzeń sennych. W ten sposób stali się źródłem informacji, czy wynik osoby badanej był uzależniony od własnej interpretacji i subiektywizmu oceny sędziów, co byłoby niepożądane, czy raczej od treści pochodzących od osoby badanej. Tym samym, czy system jest na tyle dobrze skonstruowany, że można w miarę łatwo i za każdym razem osiągnąć podobny wynik, bez względu na to, kto będzie oceniał. Metoda sędziów kompetentnych, pomimo zastrzeżeń dotyczących źródła błędu, jakim może się okazać subiektywność ocen sędziów, była używana przez Halla (1947; Hall i Van de Castle, 1966), ale również przy ustalaniu rzetelności innych testów, np. *Testu Bentona* (Jaworowska, 2007). Tego typu błędów, popełnianych przez sędziów, udało się uniknąć, dzięki przygotowaniu ich do kodowania (tzn. udzieleniu szczegółowej instrukcji). W przypadku autorskiego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* zgodność sędziów była wystarczająca, a metodę można określić jako rzetelną.

Ponadto zaobserwowana została pewna zbieżność pomiędzy agresywną treścią snów a agresją na jawie – kategorie (formy) agresji na jawie i we śnie są takie same (każda z form agresji wystąpiła przynajmniej raz w marzeniach sennych osób badanych, co zostało przedstawione w tabeli 4 w podrozdziale 3.2.1.2). Wyniki te zostały omówione w dyskusji końcowej (podrozdział 3.3.3).

3.2.2 Skala obserwacyjna studenta (SOS)

3.2.2.1 Metoda

W przygotowawczym etapie badania przeprowadzono pilotaż oraz analizę właściwości psychometrycznych autorskiego narzędzia – *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS).

Osoby badane

W badaniach dotyczących trafności *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS) wzięło udział 51 osób (38 kobiet i 13 mężczyzn) w wieku 19–43 lata (M = 32), pełniących rolę sędziów kompetentnych. Byli to studenci psychologii, psychologowie, nauczyciele licealni i akademiccy oraz pedagodzy

szkolni, czyli osoby, które, jak założono, są kompetentne w dziedzinie zachowań agresywnych, jakie mogą być podejmowane przez studentów, i będą w stanie określić, w jakim stopniu skala pozwala ocenić agresywność studenta.

Na potrzeby analiz dotyczących rzetelności *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS) przebadano 186 osób (137 kobiet i 49 mężczyzn) w wieku 18–55 lat (M = 25; SD = 6,97). Były to osoby bliskie (dwóch znajomych i jeden członek rodziny), wskazane przez 62 badanych studentów biorących udział w badaniach właściwych (za wyjątkiem 18 osób bliskich 6 mężczyznom wyeliminowanym z badań właściwych), które odpowiadały na pytania dotyczące skłonności do przejawiania różnego rodzaju zachowań agresywnych, które można zaobserwować u studenta na co dzień. Średnia wieku wyniosła 25 lat, ponieważ skala była wypełniana głównie przez znajomych badanych, ponadto można wnioskować, że z prośbą o ocenę zwracano się głównie do młodszych członków rodziny, takich jak rodzeństwo lub kuzynostwo.

Procedura

Autorska *Skala obserwacyjna studenta*, stworzona z przeznaczeniem do wypełnienia przez dwóch znajomych i jednego członka rodziny studenta, zawiera pytania dotyczące skłonności młodych dorosłych do przejawiania różnego rodzaju zachowań agresywnych. Przy wyborze nominacji osób trzecich kierowano się założeniem, że osoby znajome będą bardziej obiektywne w stosunku do osoby badanej niż osoba badana w stosunku do samej siebie. Badani sami oceniali stopień zażyłości. Jest to trudne do oceny dla osoby trzeciej, dlatego nie narzucano z góry, jaki stopień pokrewieństwa musi charakteryzować daną relację, aby można było ją uznać za bliską. Sugerowano jedynie, aby badani wybrali osoby, które dobrze znają ich zachowania na co dzień, z którymi spędzają dużo czasu, natomiast to oni sami decydowali, kogo wyznaczą do tego zadania. Nie zbierano szczegółowych informacji na temat osób bliskich i znajomych, oprócz wieku i płci, ponieważ dodatkowe informacje były nieistotne z perspektywy badań własnych. W wyborze nominacji osób trzecich istotne było również zmierzenie możliwie szerokiego spektrum różnych aspektów agresywności.

Stworzenie skali SOS zostało poprzedzone przeglądem literatury dotyczącej sposobów pomiaru agresji i agresywności oraz przeglądem

istniejących narzędzi, które zostały wymienione w podrozdziale 1.4 Dodatkową inspirację stanowiły: *Kwestionariusz kompetencji społecznych* (KKS) Matczak (2007), *Arkusz zachowania się ucznia* Markowskiej i Szafrańca (1977) oraz *Skala nieprzystosowania społecznego* (SNS) Pytki (2005). Na podstawie przeglądu powyższych narzędzi, jak również opierając się na teorii Krahé (2006), powstały pozycje skali.

Przyjęto rozróżnienie dokonane przez Krahé (2006), która w wyniku analiz ustaliła 9 kryteriów kategoryzacji i 18 rodzajów agresji. Podobnie jak w przypadku *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*, nie były brane pod uwagę zachowania agresywne o przejściowych i długotrwałych konsekwencjach, agresja psychiczna oraz podział na zachowania agresywne jednostki i grupy.

Skala składa się z 72 itemów, po 6 w każdej z następujących kategorii (rodzajów agresji na jawie): agresja werbalna (AI), fizyczna (AII), czynna (AIII), bierna (AIV), bezpośrednia (AV), pośrednia (AVI), jawna (AVII), ukryta (AVIII), niesprowokowana (AIX), odwetowa (AX), wroga (AXI) oraz instrumentalna (AXII). Obliczany jest również ogólny wskaźnik agresji na jawie (A0), będący sumą występowania poszczególnych rodzajów agresji. Odpowiedzi są udzielane na siedmiostopniowej skali Likerta. Autorska skala znajduje się w *Aneksie* (Załącznik 2c).

W celu ustalenia struktury narzędzia została wykonana analiza czynnikowa. Przeprowadzono konfirmacyjną analizę czynnikową, aby potwierdzić strukturę czynnikową *Skali obserwacyjnej studenta*. W związku z tym, że wyniki konfirmacyjnej analizy czynnikowej SOS okazały się niezadowalające, wykonano również eksploracyjną analizę czynnikową, żeby poznać strukturę narzędzia. Natomiast aby ustalić jego rzetelność, obliczono zgodność wewnętrzną skali.

Trafność treściowa skali była sprawdzana przy pomocy sędziów kompetentnych, którzy oceniali trafność pozycji. Osoby badane do analizy trafności SOS rekrutowano online. Osobom badanym, występującym w roli sędziów kompetentnych, udostępniono autorską skalę oraz link do ankiety online zawierającej instrukcję dla oceniającego z prośbą o ocenę skali. Sędziami kompetentnymi byli studenci psychologii, psychologowie, nauczyciele licealni i akademiccy oraz pedagodzy szkolni, którzy mieli za zadanie przeczytać stwierdzenia zawarte w skali, a następnie określić, w jakim stopniu skala pozwala ocenić agresywność studenta. Sędziowie kompetentni byli proszeni o sprawdzenie, czy w skali nie brakuje jakichś

stwierdzeń oraz czy niektóre stwierdzenia są być może zbędne (kompletność skali); w jakim stopniu stwierdzenia oddają realne zachowania studentów (trafność stwierdzeń); w jakim stopniu stwierdzenia są jednoznaczne i jasno sformułowane (komunikatywność stwierdzeń). Proszeni byli również o ogólną ocenę skali. Instrukcja, przekazana oceniającym wraz ze skalą, zawierała również uwagi dodatkowe: „Jeśli uważa Pani/Pan, że warto dodać jakieś stwierdzenie, to proszę je dopisać (może być w formie uproszczonej); Które stwierdzenia powinny zostać usunięte ze skali (proszę podać numer)? W miarę możliwości proszę o uzasadnienie; Jeżeli uważa Pani/Pan, że warto zmienić brzmienie któregoś stwierdzenia, to proszę wpisać poniżej proponowaną formę". Poprawki do skali zostały wprowadzone na podstawie odpowiedzi na powyższe pytania. Polegały one na doprecyzowaniu lub bardziej trafnym sformułowaniu stwierdzeń. Żadne ze stwierdzeń nie wymagało usunięcia ze skali, prowadząca badania nie otrzymała również sugestii dopisania dodatkowego stwierdzenia. Ocena autorskiej *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS) była dwuetapowa: wstępna wersja SOS została przetestowana w pilotażu, a następnie, po wprowadzeniu niewielkich poprawek formalnych, ostateczna wersja SOS została ponownie poddana ocenie.

3.2.2.2 Wyniki

Wstępna wersja autorskiej *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS), przetestowana w pilotażu, otrzymała bardzo dobrą ocenę od 30 sędziów kompetentnych pod względem: kompletności skali ($M = 4{,}8$), trafności stwierdzeń ($M = 4{,}6$) i komunikatywności stwierdzeń ($M = 4{,}5$) oraz dobrą ogólną ocenę skali ($M = 4{,}6$) na skali pięciostopniowej.

Po wprowadzeniu niewielkich poprawek formalnych, dotyczących głównie komunikatywności stwierdzeń, skala otrzymała bardzo dobrą ocenę od kolejnych 21 sędziów kompetentnych pod względem: kompletności ($M = 4{,}9$), trafności stwierdzeń ($M = 4{,}6$) i komunikatywności stwierdzeń ($M = 4{,}9$) oraz bardzo dobrą ocenę ogólną ($M = 4{,}7$) na skali pięciostopniowej.

Statystyki opisowe dla poszczególnych itemów w SOS (Załącznik 1a) oraz moc dyskryminacyjna itemów w SOS (Załącznik 1b) zostały umieszczone w *Aneksie*. Statystyki opisowe dla podskal i wyniku ogólnego SOS są przedstawione w tabeli 6.

Tabela 6

Statystyki opisowe dla podskal i wyniku ogólnego SOS (N = 186)

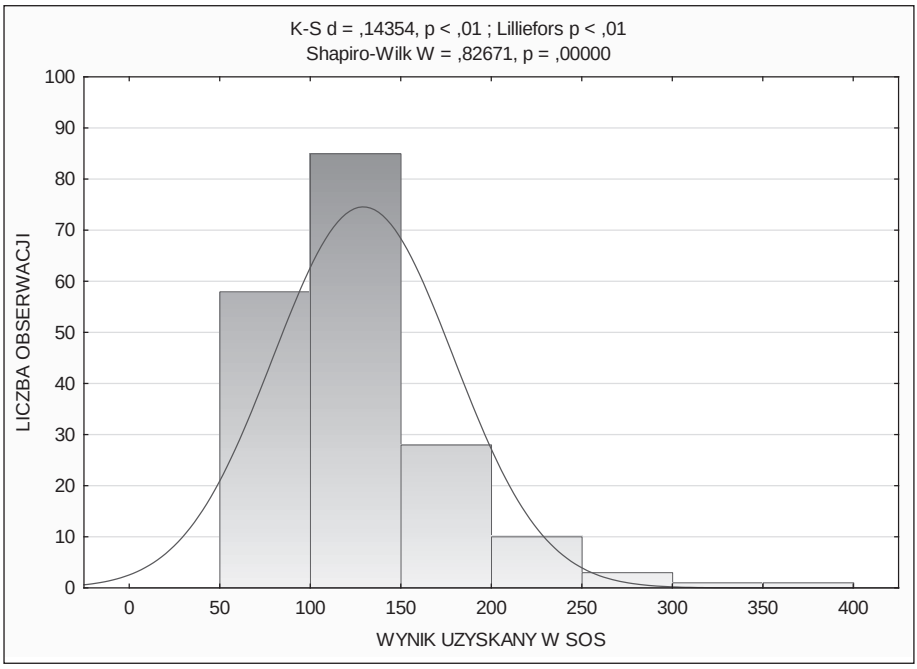
	N	Min	Max	Średnia			Skośność		Kurtoza	
				M	*SE*	*SD*	*SKE*	*SE*	*K*	*SE*
I. Agresja werbalna na jawie	186	6	36	11,12	0,38	5,22	1,49	0,18	2,73	0,35
II. Agresja fizyczna na jawie	186	6	24	6,88	0,18	2,50	4,76	0,18	26,41	0,35
III. Agresja czynna na jawie	186	6	33	9,98	0,33	4,47	2,13	0,18	6,19	0,35
IV. Agresja bierna na jawie	186	6	33	13,32	0,43	5,93	0,89	0,18	0,50	0,35
V. Agresja bezpośrednia na jawie	186	6	37	16,35	0,52	7,10	0,64	0,18	−0,15	0,35
VI. Agresja pośrednia na jawie	186	6	36	10,62	0,39	5,34	1,67	0,18	3,07	0,35
VII. Agresja jawna na jawie	186	6	42	11,22	0,42	5,69	1,97	0,18	5,34	0,35
VIII. Agresja ukryta na jawie	186	6	31	10,80	0,36	4,93	1,41	0,18	2,14	0,35
IX. Agresja niesprowokowana na jawie	186	6	30	8,74	0,31	4,22	2,34	0,18	6,10	0,35
X. Agresja odwetowa na jawie	186	6	38	11,41	0,40	5,52	1,81	0,18	4,28	0,35
XI. Agresja wroga na jawie	186	6	42	8,56	0,36	4,97	3,48	0,18	15,58	0,35
XII. Agresja instrumentalna na jawie	186	6	35	10,34	0,38	5,22	1,99	0,18	4,95	0,35
suma I–XII	186	72	395	129,35	3,65	49,76	2,03	0,18	5,98	0,35

Jeśli chodzi o budowanie wspólnego wskaźnika, wyciągana była średnia arytmetyczna, ponieważ wszystkie wagi są równe: ocena każdego sędziego jest równie istotna, bo trudno ustalić, która z osób bliskich – znajomi czy członkowie rodziny – jest bardziej kompetentna, jeśli chodzi o wiedzę na temat zachowania badanego. Zakładano, że mają podobną. Średnia ważona jest więc równa średniej arytmetycznej i na takich wynikach były wykonywane obliczenia. Odnośnie do rozbieżności w ocenach między trzema grupami osób oceniających agresywność badanego (dwiema znajomych i jedną członków rodziny) nie ma istotnych statystycznie różnic w ocenach obliczanych za pomocą Anovy (F = 0,45, p = 0,64). Oznacza to, że rodzina nie oceniała badanego inaczej niż znajomi, nie występują również różnice w ocenianiu przez obydwie grupy znajomych. Wyniki są więc niezależne od relacji, jaka łączy badanego z osobą oceniającą, co świadczy o jednomyślności oceniających, czyli o rzetelności SOS.

Wynik ogólny w SOS obliczano, sumując punkty dla wszystkich pozycji kwestionariusza (suma I–XII). Najniższy teoretycznie możliwy wynik wynosił 72 punkty, najwyższy – 504 punkty. Wyniki uzyskane w badaniach objęły prawie całe to kontinuum: najniższy wynosił 72 punkty, najwyższy – 395 (tabela 6).

Rozkład wyników dla *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS), utworzonej z 72 itemów, odbiega od rozkładu normalnego (rys. 2); przeprowadzone testy normalności rozkładu (Lillieforsa i W Shapiro–Wilka) wykazały odchylenia od normalności. W analizach statystycznych z udziałem SOS wykorzystano jednak testy parametryczne, ponieważ badane zmienne są ciągłe, ponadto obliczenia wykonano na dużej próbie, co niweluje niespełnione założenia.

Jak wynika z tabeli 7, zgodność wewnętrzna dla wszystkich podskal SOS była co najmniej satysfakcjonująca (przekraczająca alfa Cronbacha równe 0,70). Najniższą wartość współczynnika alfa Cronbacha odnotowano dla podskal Agresja bierna i Agresja ukryta (0,76), najwyższą natomiast – dla Agresji jawnej (0,83) i Agresji wrogiej (0,88). Alfa Cronbacha dla całej skali wyniosła 0,97. Narzędzie można zatem uznać za rzetelne.



Rysunek 2. Rozkład wyników SOS (*N* = 186).

Tabela 7

Rzetelność podskal SOS

Skala	Alfa Cronbacha	Współczynnik podziału połówkowego Guttmana
I. Agresja werbalna	0,81	0,82
II. Agresja fizyczna	0,82	0,81
III. Agresja czynna	0,81	0,78
IV. Agresja bierna	0,76	0,68
V. Agresja bezpośrednia	0,80	0,71
VI. Agresja pośrednia	0,81	0,84
VII. Agresja jawna	0,83	0,79
VIII. Agresja ukryta	0,76	0,74
IX. Agresja niesprowokowana	0,81	0,80

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

X. Agresja odwetowa	0,79	0,76
XI. Agresja wroga	0,88	0,87
XII. Agresja instrumentalna	0,80	0,76

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Następnie wykonano konfirmacyjną analizę czynnikową (tabela 8), aby potwierdzić strukturę czynnikową *Skali obserwacyjnej studenta*.

Tabela 8

Wskaźniki dopasowania modelu dla kwestionariusza SOS

Parametr	Wartość
χ^2 (*df*) największej wiarygodności	5998,42 (2418)
P	<,001
GFI Jöreskoga	,52
AGFI Jöreskoga	,48
RMSEA Steigera-Linda (90% P. Ufn.)	,089 (,086 - ,09)
NFI Bentlera Bonetta	,50

Jak widać, model istotnie statystycznie odbiega od danych ($p < 0{,}001$). Pozostałe wskaźniki dopasowania modelu również nie mieszczą się w wymaganych granicach. Jeśli chodzi o wskaźniki GFI i AGFI, powinny one przekraczać wartość 0,90 lub nawet 0,95 (Jöreskog i Sörbom, 1989). Obie te wartości, jak widać w tabeli 8, nie uzyskały pożądanego poziomu. Średni kwadrat błędu aproksymacji (RMSEA) również okazał się niesatysfakcjonujący – przekroczył on dopuszczalną granicę 0,08 (Browne i Cudeck, 1993). Z kolei wskaźnik NFI powinien być wyższy od wartości 0,90 (Bentler i Bonett, 1980), dlatego odnotowana wartość 0,50 sugeruje złe dopasowanie modelu do danych empirycznych. W *Aneksie* zamieszczono wyniki dla poszczególnych ścieżek w weryfikowanym modelu (Załącznik 1c).

W związku z tym, że wyniki konfirmacyjnej analizy czynnikowej kwestionariusza SOS okazały się nie do zaakceptowania, wykonano również eksploracyjną analizę czynnikową, żeby poznać strukturę narzędzia.

Analiza czynnikowa skali SOS została wykonana na próbie 186 osób. W pierwszej kolejności sprawdzono założenia analizy czynnikowej. Wszystkie parametry osiągnęły dobre wartości. Wartość testu sferyczności Bartletta pozwoliła odrzucić hipotezę zerową stanowiącą, że analizowane dane zawierają zerowe współczynniki korelacji. Dobrą wartość osiągnął również test Kaisera–Mayera–Olkina: 0,89 (w którym za granicę akceptowalną uznaje się 0,50) (Kaiser i Rice, 1974). Dokładne wyniki testu KMO i testu Bartletta przedstawione zostały w tabeli 9.

Tabela 9

Testy Kaisera–Mayera–Olkina i Bartletta dla kwestionariusza SOS

Testy Kaisera–Mayera–Olkina i Bartletta		
Miara KMO adekwatności doboru próby		,892
Test sferyczności Bartletta	Przybliżone *chi*-kwadrat	10291,113
	Df	2556
	P	<,001

Czynniki wyodrębniano metodą głównych składowych. Spośród otrzymanych czynników wartość własna osiągnęła kryterium zaproponowane przez Kaisera (1960) (a zatem przekroczyła wartość równą 1,00) dla 16 czynników. Wyjaśniały one w sumie 72,45% wariancji. Wygenerowano 16 czynników spełniających kryterium Kaisera (o wartości własnej przekraczającej 1,00; por. także wykres osypiska). W tabeli 10 przedstawiono procent wariancji wyjaśnianej przez poszczególne czynniki SOS.

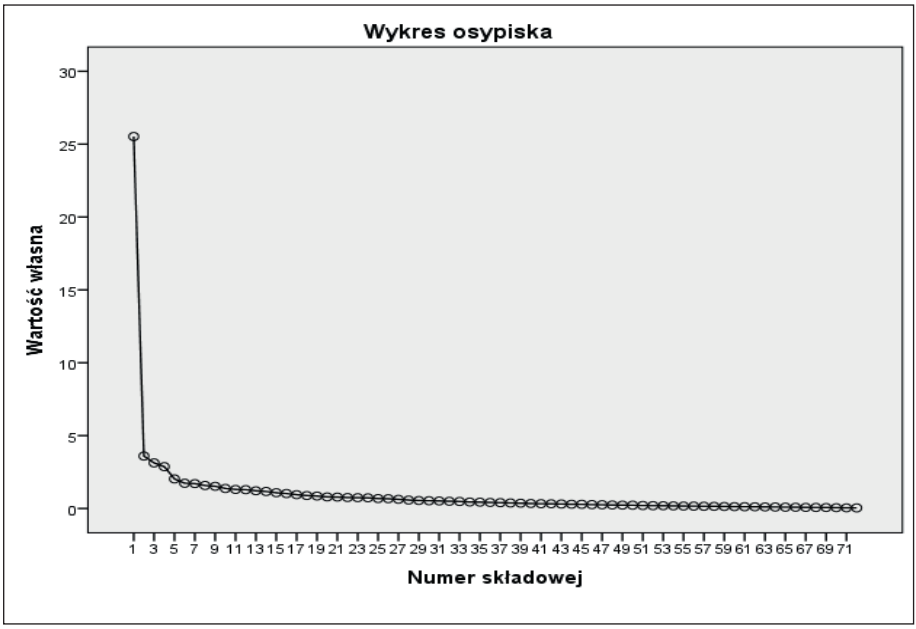
Tabela 10

Procent wariancji wyjaśnianej przez poszczególne czynniki SOS

Składowa	Początkowe wartości własne			Sumy kwadratów ładunków po wyodrębnieniu		
	Ogółem	% wariancji	% skumulowany	Ogółem	% wariancji	% skumulowany
1	25,52	35,45	35,45	25,52	35,49	35,49
2	3,60	4,50	40,44	3,60	5,00	40,44
3	3,13	4,34	44,79	3,12	4,34	44,79
4	2,87	3,99	48,78	2,87	3,99	48,78
5	2,03	2,82	51,60	2,03	2,82	51,60
6	1,73	2,41	54,01	1,73	2,41	54,01
7	1,71	2,37	56,38	1,71	2,37	56,38
8	1,58	2,20	58,57	1,58	2,19	58,57
9	1,53	2,12	60,69	1,53	2,12	60,69
10	1,37	1,91	62,60	1,37	1,91	62,60
11	1,31	1,82	64,42	1,31	1,82	64,42
12	1,29	1,79	66,21	1,29	1,79	66,21
13	1,22	1,69	67,90	1,22	1,69	67,90
14	1,17	1,62	69,52	1,17	1,62	69,52
15	1,08	1,50	71,03	1,08	1,50	71,03
16	1,03	1,42	72,45	1,03	1,43	72,45

Na podstawie analizy wykresu osypiska (rys. 3) można stwierdzić, że pięć czynników wyróżnia się od pozostałych.Wartości ładunków czynnikowych w SOS znajdują się w *Aneksie* (Załącznik 1d).

Następnie wykonano analizę dla pięciu czynników wyróżniających się od pozostałych. W tabeli 11 przedstawiono procent wariancji wyjaśnianej przez poszczególne czynniki.



Rysunek 3. Wykres osypiska Cattella dla kwestionariusza SOS.

Tabela 11

Procent wariancji wyjaśnianej przez pięć czynników SOS

	Wartości własne			
Składowa	Wartość własna	% ogółu wariancji	Skumulowana wartość własna	Skumulowany %
1	25,52	35,45	25,52	35,45
2	3,60	5,00	29,12	40,45
3	3,13	4,34	32,25	44,79
4	2,87	3,99	35,12	48,78
5	2,03	2,82	37,15	51,60

Wartości ładunków czynnikowych dla pięciu czynników znajdują się w *Aneksie* (Załącznik 1e).

Czynnik pierwszy wyjaśnia zdecydowaną większość wariancji – aż 35%, a więc ponad dwukrotnie więcej niż cztery pozostałe czynniki

łącznie (zob. tabela 11). Wyniki analizy eksploracyjnej wykazały więc istnienie silnego czynnika ogólnego. Wszystkie itemy kwestionariusza SOS należą do tej samej kategorii, którą można określić jako agresja ogólna, oprócz dwóch itemów należących do dwóch innych czynników: „57. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od rodziców/ opiekunów/ współlokatorów zaniedbuje obowiązki domowe" (agresja odwetowa) oraz „72. Zmusza domowników do wykonywania za nią/niego należących do niej/niego obowiązków domowych" (agresja instrumentalna). Są to jedyne stwierdzenia w SOS związane z zaniedbywaniem obowiązków domowych, co mogło nie zostać potraktowane przez badanych jako przejaw agresji, ale np. obraźliwości lub lenistwa (Załącznik 1d w *Aneksie*).

3.2.2.3 Dyskusja wyników

Przeprowadzone analizy wykazały, że *Skala obserwacyjna studenta*, skonstruowana na potrzeby badania, jest narzędziem rzetelnym i dobrze ocenianym przez sędziów kompetentnych pod względem trafności pozycji. Stworzone narzędzie ma nie tylko dobre parametry psychometryczne, ale jest również użyteczne, ponieważ pozwala zmierzyć zupełnie inny aspekt agresywności niż pozostałe narzędzia. Kwestionariusz SOS bada ogólną skłonność do przejawiania zachowań agresywnych oraz różnych jego rodzajów, podczas gdy kwestionariusze, z którymi skala była korelowana, dotyczą emocjonalnej gotowości do agresji (tendencji do doświadczania gniewu, złości, frustracji i rozgoryczenia – podskala *NEO-PI-R* Agresywna wrogość) oraz poznawczej gotowości do agresji (*Test rozumowania*). Nie istnieje analogiczna skala, która badałaby dokładnie ten sam aspekt agresywności, i to w ten sam sposób, oraz wszystkie jej rodzaje, stąd badanie trafności nie mogło zostać przeprowadzone na podstawie korelacji z innym, podobnym narzędziem.

Aby ustalić strukturę narzędzia, przeprowadzono analizę czynnikową. Analiza konfirmacyjna nie potwierdziła zakładanej struktury czynnikowej. Wynika to prawdopodobnie z tego, że była to pierwsza, eksperymentalna wersja narzędzia, wymagająca dalszych, pogłębionych analiz.

Co prawda wykres osypiska sugeruje istnienie pięciu czynników wyraźnie odróżniających się od pozostałych, lecz pierwszy czynnik wyjaśnia zdecydowaną większość wariancji, natomiast pozostałe wyjaśniają razem niewiele procent. Wyniki analizy eksploracyjnej wykazały

więc istnienie jednego ogólnego czynnika, w związku z czym nie potwierdzono oczekiwanej struktury agresji. Nie dyskwalifikuje to jednak narzędzia – na podstawie analiz nie można zaprzeczyć, że wszystkie itemy kwestionariusza SOS (oprócz dwóch dotyczących zaniedbywania obowiązków domowych) należą do tej samej kategorii, którą można określić jako agresja ogólna, ponieważ z założenia składają się na nią. Nie można również wnioskować, że agresja ogólna nie składa się z różnych rodzajów agresji, co wykazano w wielu wcześniejszych badaniach (m.in. Berkowitz, 1993; Buss, 1961; Frączek, 1975; Krahé, 2006; Reykowski, 2002) oraz co wynika z obserwacji i doświadczenia.

Dodatkowo zostało zweryfikowane rozwiązanie pięciocioczynnikowe. Na podstawie wartości ładunków czynnikowych, wartości własnych czynników oraz ilości wyjaśnianej wariancji, przyjęto, że rozwiązanie jednooczynnikowe jest bardziej uzasadnione. Decyduje o tym wysoka wartość ładunków czynnikowych dla zdecydowanej większości pozycji w pierwszym czynniku, wysoka wartość własna ogólnego czynnika oraz wyjaśnianie 35% wariancji, przy niewielkim udziale procentowym reszty składowych (tabela 11; Załącznik 1d w *Aneksie*). Za rozwiązaniem jednoczynnikowym przemawiają również wysokie korelacje między podskalami SOS (Załącznik 1f w *Aneksie*), które świadczą o dużej jednorodności skali, czyli ścisłym powiązaniu poszczególnych aspektów agresji na jawie.

Ponadto interpretacja pięciu wyodrębnionych czynników nie jest jednoznaczna: ze składowej „agresja ogólna" zostały usunięte, oprócz stwierdzeń dotyczących zaniedbywania obowiązków domowych, również typowe dla agresji czynnej zachowanie „15. Grozi innym osobom ostrymi narzędziami" oraz właściwe dla agresji biernej „19. Nie reaguje, gdy komuś dzieje się krzywda", które jednak mogło zostać zinterpretowane nie jako zachowanie agresywne, ale lękowe. Szczególnych trudności nastręcza interpretacja pozostałych czynników. Drugi czynnik mógłby zostać zaklasyfikowany jako agresja werbalna, ale przy przyjęciu założenia, że odpowiadające mu stwierdzenie, należące do agresji fizycznej „8. Bierze udział w napaściach na inne osoby", mogło zostać zrozumiane przez osoby badane jako napaść słowna. Jest to jednak wątpliwe, biorąc pod uwagę nazwy i definicje rodzaju agresji, poprzedzające zestawy twierdzeń w kwestionariuszu. Trzecia składowa to niejednolity czynnik, składający się z itemów dotyczących grożenia,

przymusu, zastraszania oraz wrogości. Czwarta składowa to jedyny jednolity czynnik, czyli agresja fizyczna. Piąta składowa to z kolei połączenie agresji instrumentalnej i skłonności do manipulacji. Niejasność wyodrębnionych czynników to kolejny argument za tym, aby posługiwać się dwunastoma podskalami, co jest podejściem przydatnym ze względu na badany problem. Ponadto na pierwszy czynnik składają się niemal wszystkie pozycje skali, a na pozostałe cztery czynniki zaledwie po kilka pozycji (Załącznik 1e w *Aneksie*). Za przyjęciem zakładanej struktury agresji przemawia również fakt, że rozkład wyników kwestionariusza SOS jest asymetryczny prawostronnie (większość wyników jest poniżej średniej). Ze względu na nierówny rozkład agresywności w grupie (brak podgrupy osób zdecydowanie agresywnych), nie ujawnia się zróżnicowana struktura narzędzia, a wszystkie rodzaje agresji sprowadzają się do czynnika ogólnego. Dodatkowo dany rodzaj agresji rzadko należy tylko do jednej kategorii, najczęściej do wielu form agresji, co również może sprzyjać nieujawnianiu się różnic. Z powyższych powodów postanowiono posługiwać się wynikiem ogólnym oraz zakładanymi 12 składowymi. Nie będzie to jednak precedens: np. w polskiej adaptacji *Wielowymiarowego kwestionariusza samooceny* (*the Multidimensional Self-Esteem Inventory*, MSEI) O'Briena i Epsteina oczekiwano 11 składowych, uzyskano 2, autorka adaptacji uznała jednak, że będzie się posługiwać zakładanymi 11 (Fecenec, 2008).

Średnie ocen znacznie poniżej środka skali mogą być tłumaczone specyficzną grupą badanych, o niskiej agresywności przejawianej w zachowaniach, lub nietrafnym pomiarem. Wówczas osoby znajome mogły zniekształcać wyniki na korzyść badanych, podobnie jak mogliby to robić oni sami w skalach samoopisowych. Jak już wspomniano, agresja jest zjawiskiem niepożądanym społecznie, stąd niechęć do przyznawania się do niej oraz przypisywania jej swoim bliskim i znajomym. Problem ten dotyczy jednak nie tylko SOS – wysoka średnia wyników występuje przy badaniu np. *Skalą samooceny* (*the Rosenberg Self-Esteem Scale,* SES) Rosenberga. Wyniki są znacznie powyżej średniej i nawet badani klasyfikowani jako osoby z niską samooceną uzyskują wyniki powyżej średniej, mimo że kwestionariusz ten jest trafny i powszechnie używany (Szpitalak i Polczyk, 2015).

3.3 Badania właściwe

3.3.1 Metoda

W drugim etapie przeprowadzono badania właściwe, które miały na celu ustalenie związku pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych a agresywnością przejawianą na jawie. W szczególności chodziło o ustalenie, czy w wyniku badania marzeń sennych pod kątem treści agresywnych możliwy jest trafny i rzetelny pomiar gotowości do agresji interpersonalnej i jej form, a także czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie. Badania miały więc przynieść odpowiedź na pytanie, czy istnieje związek pomiędzy agresją w marzeniach sennych a gotowością do agresji na jawie oraz czy analizowanie marzeń sennych pod kątem treści agresywnych jest dobrą metodą diagnozy agresywnej osobowości. Dodatkowym celem badania było uzyskanie informacji na temat korelatów osobowościowych agresywności w marzeniach sennych oraz roli przyjmowanej we śnie w kontekście treści agresywnych.

Osoby badane

W badaniach właściwych wzięło udział w sumie 248 osób, należących do dwóch grup. Pierwszą grupę badanych stanowiły 62 kobiety w wieku 19–28 lat (M = 22; SD = 1,95), a więc w okresie późnej adolescencji (16.–20. r.ż.) i wczesnej dorosłości (od 20.–23. do 35.–40. r.ż.) (Kielar-Turska, 2003). Do udziału w badaniach zgłosiło się 6 mężczyzn, ale włączenie ich wyników do analizy zaburzyłoby homogeniczność grupy i wpłynęłoby niekorzystnie na możliwość uogólniania wyników. W związku z tym wyniki respondentów płci męskiej w badaniach właściwych zostały wyłączone z analizy, a w ich miejsce dobadano 6 kobiet. Ostatecznie analizy zostały przeprowadzone na wynikach 62 kobiet. Badania przeprowadzono wśród studentów (różnych kierunków humanistycznych i ścisłych), którzy są uznawani za idealną grupę do badania marzeń sennych, ponieważ są introspektywni, elokwentni, otwarci, dociekliwi i często zainteresowani rozumieniem swoich snów, dzięki czemu chętnie się angażują i współpracują (Domhoff, 1996). Grupa została wybrana ze względu na swoją specyfikę, która została szczegółowo opisana w podrozdziale 1.3.2.2. Ogólnie

na podstawie badań można przyjąć, że częstotliwość dopuszczania się agresji i przemocy osiąga szczyt w okresie dorastania i wczesnej dorosłości, a następnie spada z wiekiem (Loeber i Farrington, 1998; McCrae i Costa, 2005), stąd diagnoza osób agresywnych w tej grupie jest szczególnie istotna.

Ponadto w badaniach właściwych wzięło udział 186 osób (143 kobiety i 43 mężczyzn) w wieku 18–53 lat (M = 25; SD = 6,94). Była to grupa członków rodzin i znajomych wskazanych przez badanych studentów (za wyjątkiem 18 osób bliskich 6 mężczyznom, wyeliminowanym z badań właściwych), których wyniki uwzględniono w analizach dotyczących rzetelności *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS).

Narzędzia

1. Dziennik snów

Dziennik snów z instrukcją (Załącznik 2b w *Aneksie*) w formie specjalnie do tego celu przygotowanego pliku. Służył do zapisywania i dostarczenia (mailowo lub w formie wydruku) przez osobę badaną opisów marzeń sennych, analizowanych następnie przy użyciu *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* pod kątem występowania treści agresywnych, które zostały zaklasyfikowane i zakodowane przez autorkę badań zgodnie z założeniami systemu.

2. *Test rozumowania* (CRT–A) Jamesa i McIntyre'a w tłumaczeniu Sznir i Siuty (2012)

Kwestionariusz przeznaczony do badania poznawczej gotowości do agresji. Zawiera 25 pytań (22 problemy dotyczące rozumowania warunkowego, mierzące agresję, i 3 buforowe, odwołujące się do krytycznego myślenia) oraz 3 rodzaje odpowiedzi: nielogiczne, agresywne i nieagresywne (każdy problem posiada 4 opcje odpowiedzi: 1 agresywną, 1 nieagresywną i 2 nielogiczne). Osoba badana może uzyskać wynik niski, średni lub wysoki. Wyniki są interpretowane w następujący sposób (James i McIntyre, 2000):

- 0 do 2 punktów – niski wynik. Osobom, które uzyskały wynik w tym przedziale, brakuje poznawczej gotowości do agresji i mają najniższe prawdopodobieństwo angażowania się w agresywne zachowania;
- 3 do 7 punktów – średni wynik. Osoby, które uzyskały wynik w tym przedziale, są uważane za nieokreślone, mogą się wahać pomiędzy

byciem agresywnym i nieagresywnym, mają drugie najwyższe prawdopodobieństwo angażowania się w agresywne zachowania;
- 8 lub więcej punktów – wysoki wynik. Osoby, które uzyskały wynik w tym przedziale, mają silną poznawczą gotowość do agresji i najwyższe prawdopodobieństwo angażowania się w agresywne zachowania.

Niski wynik w teście wskazuje na to, że respondent ma tendencję do przyznawania logicznego pierwszeństwa nieagresywnym alternatywom przy rozwiązywaniu problemów dotyczących rozumowania warunkowego. Mechanizmy usprawiedliwiania nie są więc istotne w kierowaniu i kształtowaniu rozumowania osoby nieagresywnej. W przeciwieństwie do osób z wysokimi wynikami, osoby nieagresywne mają słabą skłonność do rozumowania uzasadniającego użycie agresji lub nie mają jej w ogóle. Sugeruje to, że nie są przygotowane do angażowania się w zachowania agresywne (James, 1998), a tym samym mają słabą niejawną gotowość poznawczą do agresji. Badania pokazują, że osoby z tej grupy z najniższym prawdopodobieństwiem będą się angażowały w zachowania agresywne.

Wyniki w przedziale między niskimi a wysokimi wskazują na wybór kilku, ale nie dużej liczby, wariantów agresywnych, w porównaniu do innych badanych. Mechanizmy usprawiedliwiania odgrywają tutaj swoją rolę jedynie sporadycznie. Niejawna gotowość poznawcza do agresji może zatem być niewielka lub nieokreślona, co sugeruje, że ci respondenci mogą stanowić typ pośredni między agresywnymi i nieagresywnymi.

Wysoki wynik w teście mówi o tym, że badany przyznaje logiczne pierwszeństwo większej liczbie agresywnych alternatyw niż inni badani. Tendencja ta służy jako pośredni wskaźnik informujący o tym, że mechanizmy usprawiedliwiania odgrywają zasadniczą rolę w ukierunkowywaniu i kształtowaniu rozumowania respondenta. Ponadto silna skłonność do rozumowania w sposób uzasadniający agresję sugeruje, że respondent jest niejawnie gotowy i chętny do zaangażowania się w jakąś formę zachowania agresywnego w przyszłości (James, 1998), czyli że ma silną poznawczą gotowość do agresji. Badania wskazują, że osoby z tej grupy z największym prawdopodobieństwem będą się angażowały w zachowania agresywne.

Parametry psychometryczne kwestionariusza wskazują na dobrą trafność oraz wysoką rzetelność narzędzia: średnia trafność teoretyczna testu, ustalona w ośmiu badaniach walidacyjnych, wynosi 0,43 (w zakresie

od 0,32 do 0,55), a rzetelność od 0,84 do 0,86 (James i in., 2005, James i LeBreton, 2010, 2012). Podstawy teoretyczne narzędzia zostały opisane w podrozdziale 1.4.

3. *Inwentarz osobowości NEO-PI-R* Costy i McCrae w adaptacji Siuty (2006)
Kwestionariusz przeznaczony do badania pięciu czynników osobowości (Neurotyczności, Ekstrawertyczności, Otwartości na doświadczenie, Ugodowości i Sumienności) oraz ich składników (po sześć dla każdego czynnika): Neurotyczność – Lęk, Agresywna wrogość, Depresyjność, Nadmierny samokrytycyzm, Impulsywność i Nadwrażliwość; Ekstrawertyczność – Serdeczność, Towarzyskość, Asertywność, Aktywność, Poszukiwanie doznań oraz Emocje pozytywne; Otwartość na doświadczenie – Wyobraźnia, Estetyka, Uczucia, Działania, Idee oraz Wartości; Ugodowość – Zaufanie, Prostolinijność, Altruizm, Ustępliwość, Skromność i Skłonność do rozczulania się; Sumienność – Kompetencja, Skłonność do porządku, Obowiązkowość, Dążenie do osiągnięć, Samodyscyplina oraz Rozwaga (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). Kwestionariusz składa się z 240 twierdzeń, których prawdziwość badany ocenia w skali pięciostopniowej (od „całkowicie się nie zgadzam" do „całkowicie się zgadzam") (Siuta, 2006).

Parametry psychometryczne kwestionariusza wskazują na wysoką rzetelność narzędzia: uzyskano wysokie wskaźniki zgodności wewnętrznej każdej z pięciu skal (0,81–0,86), niższe (w większości wypadków 0,60–0,70) dla poszczególnych podskal. Ponadto sprawdzano trafność czynnikową: uznano, że uzyskana struktura czynnikowa podskal odpowiada założeniom teoretycznym twórców narzędzia (Siuta, 2006). Podstawy teoretyczne narzędzia, definicje czynników i ich składników zostały opisane w podrozdziale 1.3.2.1.

4. Autorska *Skala obserwacyjna studenta* (SOS)
Skala przeznaczona do wypełnienia przez dwóch znajomych i jednego członka rodziny studenta, zawierająca pytania dotyczące skłonności do przejawiania różnego rodzaju zachowań agresywnych, które można zaobserwować u studenta na co dzień.

Skala składa się z 72 itemów, po 6 w każdej z następujących kategorii (rodzajów agresji na jawie): agresja werbalna (AI), fizyczna (AII), czynna

(AIII), bierna (AIV), bezpośrednia (AV), pośrednia (AVI), jawna (AVII), ukryta (AVIII), niesprowokowana (AIX), odwetowa (AX), wroga (AXI) oraz instrumentalna (AXII). Obliczany jest również ogólny wskaźnik agresji na jawie (A0), będący sumą występowania poszczególnych rodzajów agresji. Odpowiedzi są udzielane na siedmiostopniowej skali Likerta (od „nigdy" do „za każdym razem, kiedy widzę studenta opisywanego w badaniu").

Przeprowadzone analizy wykazały, że *Skala obserwacyjna studenta*, skonstruowana na potrzeby badania, jest narzędziem rzetelnym i trafnym (wyniki w podrozdziale 3.2.2.2).

Podstawy teoretyczne skali zostały opisane w podrozdziale 1.2.1 Skala znajduje się w *Aneksie* (Załącznik 2c).

5. *Skala zapamiętywania snów* Hołdy (Hołda i Szmigielska, 2011)
Skala służąca w badaniach własnych do selekcji osób śniących względnie często (dwa razy tygodniowo lub częściej), w której zadawane są dwa pytania: „Jak często pamięta Pan/i swoje sny?" oraz „Ile snów był/a Pan/i w stanie przypomnieć sobie zaraz po obudzeniu w ciągu ostatnich dwóch tygodni?". Odpowiedzi na pierwsze pytanie udzielane są na siedmiostopniowej skali począwszy od „nigdy – w ogóle nie pamiętam swoich snów" aż do „bardzo często – każdego ranka jestem w stanie przypomnieć sobie kilka snów". Natomiast na drugie pytanie badani udzielają odpowiedzi na skali sześciostopniowej, zaczynając od „nie zapamiętałam/em żadnego snu aż do byłam/em w stanie przypomnieć sobie przynajmniej jeden sen każdego ranka". Parametry psychometryczne skali to: korelacja między pozycjami 0,74; współczynnik korelacji retestowej 0,82.

6. Arkusz z pytaniem dotyczącym spostrzegania celu badania – osobom badanym zadano pytanie „Jaki cel miało według Ciebie badanie, w którym brałeś/aś udział?".

Procedura

Badanie składało się z następujących etapów:

I etap. Badanie właściwe zostało poprzedzone celowym doborem próby, na podstawie liczby snów zapamiętywanych tygodniowo. Podjęto

próbę ograniczenia możliwych błędów leżących po stronie śniącego, związanych z jego motywacją do zatajania pewnych treści oraz cechami pochodzącego od niego materiału, czyli opisów marzeń sennych (np. ich dokładności lub długości). Jak podaje Domhoff (1996), do przeprowadzenia analiz statystycznych i uzyskania wiarygodnych wyników badania treści marzeń sennych, zgodnie z podejściem ilościowym, konieczna jest próba zawierająca przynajmniej 100 opisów snów w każdej grupie. Podobnie jak w największych badaniach, przeprowadzonych w znanych ośrodkach akademickich (por. Stairs i Blick, 1979; Tonay, 1990–1991), w badaniach własnych zanalizowano ponad 600 opisów snów, dzięki czemu uniknięto wpływu ewentualnego fałszowania opisów lub manipulacji treścią marzeń sennych. Natomiast ryzyko popełnienia błędów metodologicznych, związanych z celowym zmienianiem lub umniejszaniem ważności pewnych aspektów treści marzenia sennego, na podstawie instrukcji podanej osobie badanej, oraz ryzyko zmyślania lub dopisywania szczegółów snu zostało zminimalizowane. Udało się to, ponieważ opisy snów zostały zebrane od badanych zachowujących swoją anonimowość (posługujących się pseudonimem), biorących dobrowolny udział w badaniu i otrzymujących te same instrukcje. Osoby badane nie wiedziały również, jakie aspekty treści marzenia sennego będą analizowane. Celowy dobór próby na podstawie liczby snów zapamiętywanych tygodniowo nie miał wpływu na wyniki, ponieważ między osobami dobrze i źle pamiętającymi swoje sny nie ma różnic osobowościowych (Domhoff, 1996).

W celu uzyskania przynajmniej 600 opisów snów wyłonione zostały 62 osoby do badań właściwych. Badanie zostało przeprowadzone wśród studentów rożnych kierunków studiów w wieku 19–28 lat, ze względu na wysoki poziom agresywności w tym przedziale wiekowym (Loeber i Stouthamer-Loeber, 1998; McCrae i Costa, 2005). Osoby badane rekrutowano za pośrednictwem systemu rekrutacji badanych, prowadzonego przez Instytut Psychologii UJ. System umożliwia studentom otrzymywanie punktów ECTS za udział w badaniach, w ramach realizacji kursu „Badania naukowe w psychologii". Do osób zarejestrowanych w systemie wysłano zaproszenie do wzięcia udziału w badaniach ze szczegółową informacją. Osoby zainteresowane wzięciem udziału zgłaszały się do osoby prowadzącej badania, po czym otrzymywały *Skalę zapamiętywania snów* Hołdy (Hołda i Szmigielska, 2011), za pomocą której został

przeprowadzony dobór próby. Do badania właściwego zostali zakwalifikowani młodzi dorośli, którzy śnią dwa razy tygodniowo lub częściej. Ustalenie takiego progu było konieczne ze względu na ramy czasowe badania, dlatego wzięły w nim udział jedynie osoby śniące względnie często.

II etap. Pierwsza faza badań właściwych. Badanie polegało na zebraniu relacji z marzeń sennych od każdej osoby badanej za pomocą dzienników snów. Osoby zakwalifikowane do badania, na podstawie liczby snów zapamiętywanych tygodniowo, otrzymywały dziennik snów z instrukcją w formie specjalnie do tego celu przygotowanego pliku. Następnie dziennik prowadzony był przez maksymalnie 6 tygodni, do czasu opisania 10 snów, i przesyłany mailowo lub wydrukowany i oddawany badaczowi osobiście. Analizie poddanych zostało 620 opisów snów. Każda z 62 osób badanych dostarczyła 10 opisów marzeń sennych, a każdy z nich został zanalizowany przez prowadzącą badania pod kątem występowania treści agresywnych, które zostały zaklasyfikowane i zakodowane zgodnie z *Systemem ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*.

III etap. Druga faza badań właściwych. Następnie organizowane były osobiste spotkania z osobami badanymi (studentami), które wypełniały kwestionariusze. W celu przestrzegania zasady anonimowości osoby badane zwykle wypełniały kwestionariusze w grupie innych badanych, ponadto posługiwały się pseudonimem. Po oddaniu kwestionariuszy, osoby badane wskazywały dwie osoby znajome i jednego członka rodziny (podawały jedynie adresy mailowe), którzy otrzymywali od osoby prowadzącej badania link do *Skali obserwacyjnej studenta*. Ze względu na konieczność zminimalizowania ryzyka ujawnienia celu badania, osoby bliskie wypełniały skalę w wersji online, podając pseudonim ocenianego przez siebie studenta i określając siebie jako znajomego lub członka rodziny.

Ocenie została poddana gotowość do agresji na jawie oraz inne cechy osobowości studentów. Pomiar agresywności na jawie został przeprowadzony przy użyciu *Testu rozumowania* Jamesa i McIntyre'a (2012), *Inwentarza osobowości NEO-PI-R* Costy i McCrae (podskala Agresywna wrogość) (Siuta, 2006), wypełnianych przez studentów, oraz autorskiej

Skali obserwacyjnej studenta, wypełnianej przez osoby bliskie badanym studentom w wersji online, ze względu na konieczność zminimalizowania ryzyka ujawnienia celu badania.

Z wykorzystaniem *Inwentarza osobowości NEO-PI-R* zostały zbadane również inne cechy osobowości studentów (pięć czynników osobowości oraz ich składniki). Na tej podstawie było możliwe porównanie poziomu agresywności przejawianej w marzeniach sennych przez studentów z wynikami kwestionariuszy mierzących agresywność studentów na jawie oraz z wynikami *Inwentarza osobowości NEO-PI-R* mierzącego pięć czynników osobowości NEOUS i ich składniki. Dokonano również porównania rodzaju roli przyjmowanej we śnie (agresora, ofiary, obserwatora oraz autoagresora) z wynikami kwestionariuszy mierzących gotowość do agresji na jawie oraz z wynikami *Inwentarza osobowości NEO-PI-R*.

Na zakończenie osoby badane wypełniły arkusz z pytaniami dotyczącymi spostrzegania celu badania. Ma to związek z koncepcją zmiennych sugerujących hipotezę badawczą sformułowaną przez Orne'a (1962). Żadna z osób badanych nie domyśliła się prawdziwego celu badania. Po otrzymaniu wyników od trzech osób bliskich badanemu zorganizowano sesje wyjaśniające cel badania. Zainteresowanym osobom badanym udzielono informacji na temat ich wyników.

Zmienne

W badaniach wzięto pod uwagę jedną główną zmienną wyjaśnianą – agresywność w marzeniach sennych, oraz dodatkową – przyjmowaną we śnie rolę (agresora, ofiary, obserwatora oraz autoagresora). Wśród zmiennych wyjaśniających uwzględniono zmienne osobowościowe: gotowość do agresji na jawie, złożoną z gotowości poznawczej, emocjonalnej oraz skłonności do agresywnego zachowania, skłonność do poszczególnych form agresji na jawie, a także wymiary osobowości NEOUS.

Agresywność w marzeniach sennych

Jako wskaźnik tej zmiennej zostały przyjęte ilość i rodzaj agresywnych treści w opisach marzeń sennych. Obliczone zostały wskaźniki dla poszczególnych form zachowań agresywnych oraz ogólny wskaźnik agresywności w marzeniach sennych (AM, suma A1–a17): agresja

werbalna (AW, suma A2–A4), agresja fizyczna (AF, suma A5–A8), ukryta (A1), werbalna (A2, A3, A4), fizyczna (A5, A6, A7, A8), czynna (a9), bierna (a10), bezpośrednia (a11), pośrednia (a12), niesprowokowana (a13), odwetowa (a14), wroga (a15), instrumentalna (a16) oraz jawna (a17). Wymienione wskaźniki zostały uzyskane dzięki wykorzystaniu dzienników snów, analizowanych przy użyciu autorskiego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* pod kątem występowania treści agresywnych, które zostały zaklasyfikowane i zakodowane przez autorkę badań zgodnie z jego założeniami. Dodatkową zmienną była przyjmowana we śnie rola, a jej wskaźnikiem – częstość występowania w roli agresora (AG), ofiary (OF), obserwatora (OB) oraz autoagresora (AU). Wskaźnik ten również został uzyskany dzięki wykorzystaniu dzienników snów, analizowanych przy użyciu autorskiego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* pod kątem roli przyjmowanej przez śniącego, która została zaklasyfikowana i zakodowana przez autorkę badań zgodnie z jego założeniami.

Jako metodę analizy snów, opisanych w dzienniku, pod kątem występowania treści agresywnych, wykorzystano autorski *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*, będący modyfikacją *Systemu ilościowej analizy marzeń sennych* Halla i Van de Castle'a (1966). Agresywne treści zostały zaklasyfikowane i zakodowane zgodnie z nim. System, oraz składające się na niego siedemnaście kategorii (form agresji), został szczegółowo opisany w podrozdziale 3.2.1.

Gotowość do agresji na jawie (agresywność na jawie)

Zmienna ta definiowana jest jako poznawcza i emocjonalna gotowość do agresywnego zachowania oraz skłonność do agresywnego zachowania. Jej wskaźnikami są wyniki uzyskane w *Teście rozumowania* Jamesa i McIntyre'a (2000) – poznawcza gotowość do agresji na jawie, PGJ; wynik uzyskany w podskali Agresywna wrogość (N2) w *Inwentarzu osobowości NEO-PI-R* Costy i McCrae (Siuta, 2006) (odpowiednik emocjonalnej gotowości do agresji na jawie) oraz wynik ogólny w *Skali obserwacyjnej studenta* – ogólny wskaźnik agresji (agresywnego zachowania) na jawie (A0). Oprócz ogólnego czynnika, uwzględniono wskaźniki dla skłonności do poszczególnych form agresji na jawie (wyniki uzyskane w podskalach SOS, AI–AXII): agresja werbalna (AI), fizyczna (AII), czynna (AIII), bierna (AIV), bezpośrednia (AV), pośrednia (AVI), jawna (AVII), ukryta

(AVIII), niesprowokowana (AIX), odwetowa (AX), wroga (AXI) oraz instrumentalna (AXII).

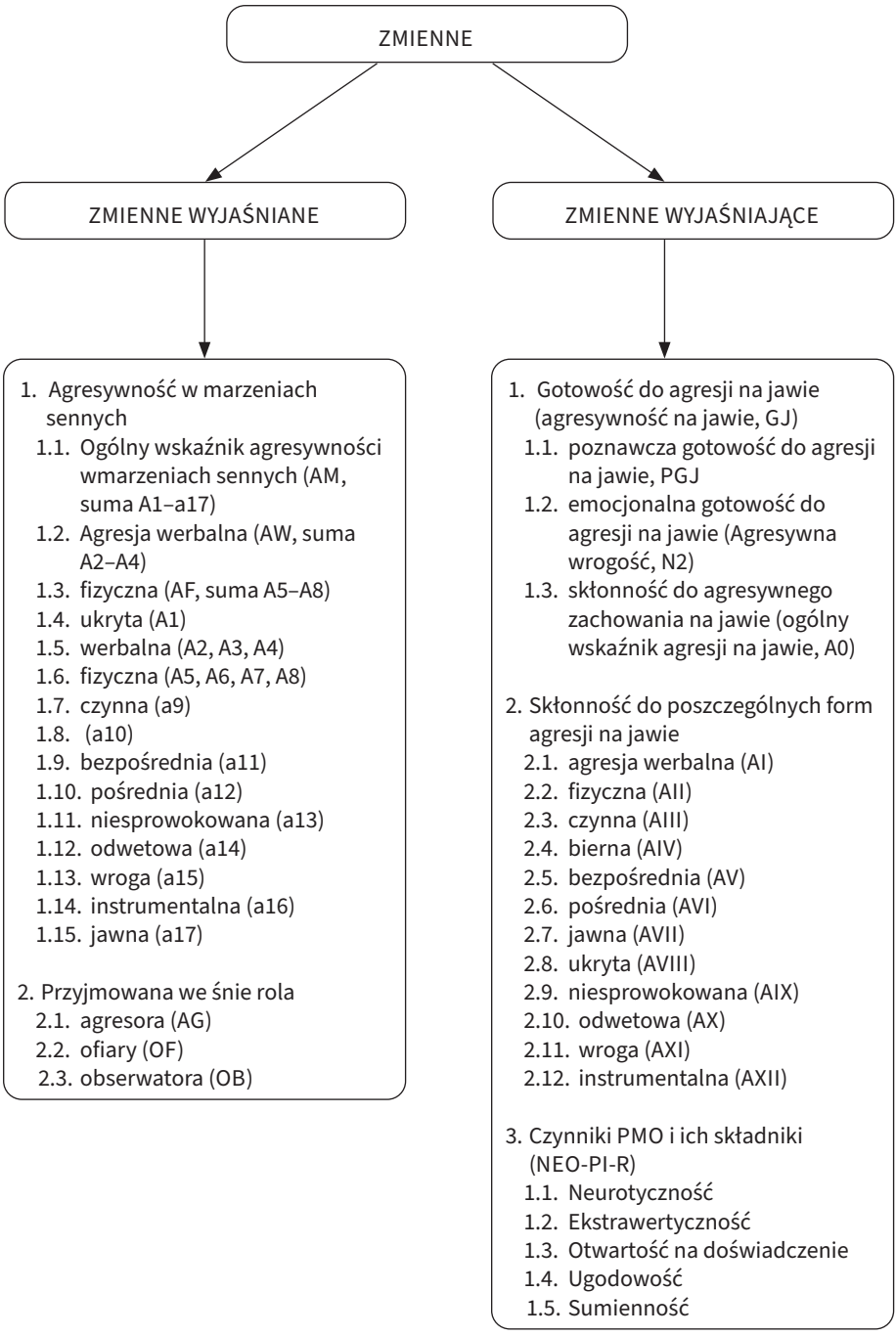
Wymiary osobowości NEOUS

Na wymiary osobowości NEOUS w modelu pięcioczynnikowym (PMO) składają się: Neurotyczność, Ekstrawertyczność, Otwartość na doświadczenie, Ugodowość i Sumienność oraz ich składniki – po sześć dla każdego czynnika. Składniki Neurotyczności to: Lęk, Agresywna wrogość, Depresyjność, Nadmierny samokrytycyzm, Impulsywność i Nadwrażliwość. Ekstrawertyczność obejmuje: Serdeczność, Towarzyskość, Asertywność, Aktywność, Poszukiwanie doznań oraz Emocje pozytywne. Na Otwartość na doświadczenie składają się: Wyobraźnia, Estetyka, Uczucia, Działania, Idee oraz Wartości. Ugodowość obejmuje: Zaufanie, Prostolinijność, Altruizm, Ustępliwość, Skromność i Skłonność do rozczulania się. Wśród składników Sumienności znajdują się: Kompetencja, Skłonność do porządku, Obowiązkowość, Dążenie do osiągnięć, Samodyscyplina oraz Rozwaga (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). W badaniu Agresywna wrogość została wyłączona ze wskaźników cech osobowości, ponieważ składnik ten został włączony do wskaźników gotowości do agresji.

Wymienione cechy zostały szczegółowo przedstawione w podrozdziale 1.3.2.1. Zestawienie zmiennych wyjaśnianych i wyjaśniających, uwzględnionych w prezentowanych badaniach, zamieszczono na rys. 4.

Statystyczne opracowanie danych

Analiza wyników została przeprowadzona przy użyciu pakietu statystycznego Statistica. Analizy zależności pomiędzy agresywnością w marzeniach sennych i jej rodzajami oraz przyjmowaną we śnie rolą a gotowością do agresji na jawie, poszczególnymi formami agresji na jawie oraz czynnikami PTO i ich składnikami, przeprowadzono przy użyciu testu parametrycznego (współczynnika korelacji *r* Pearsona). Zastosowano go pomimo niespełnienia założeń dla testów parametrycznych – odchylenia od rozkładu normalnego – w przypadku *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* oraz *Skali obserwacyjnej studenta* (SOS), ponieważ badane zmienne są ciągłe (w obu przypadkach), a obliczenia zostały wykonane na dużej próbie (w przypadku SOS), co niweluje niespełnione założenia.


ZMIENNE
ZMIENNE WYJAŚNIANE
ZMIENNE WYJAŚNIAJĄCE
1. Agresywność w marzeniach sennych
1.1. Ogólny wskaźnik agresywności wmarzeniach sennych (AM, suma A1–a17)
1.2. Agresja werbalna (AW, suma A2–A4)
1.3. fizyczna (AF, suma A5–A8)
1.4. ukryta (A1)
1.5. werbalna (A2, A3, A4)
1.6. fizyczna (A5, A6, A7, A8)
1.7. czynna (a9)
1.8. (a10)
1.9. bezpośrednia (a11)
1.10. pośrednia (a12)
1.11. niesprowokowana (a13)
1.12. odwetowa (a14)
1.13. wroga (a15)
1.14. instrumentalna (a16)
1.15. jawna (a17)
2. Przyjmowana we śnie rola
2.1. agresora (AG)
2.2. ofiary (OF)
2.3. obserwatora (OB)
1. Gotowość do agresji na jawie (agresywność na jawie, GJ)
1.1. poznawcza gotowość do agresji na jawie, PGJ
1.2. emocjonalna gotowość do agresji na jawie (Agresywna wrogość, N2)
1.3. skłonność do agresywnego zachowania na jawie (ogólny wskaźnik agresji na jawie, A0)
2. Skłonność do poszczególnych form agresji na jawie
2.1. agresja werbalna (AI)
2.2. fizyczna (AII)
2.3. czynna (AIII)
2.4. bierna (AIV)
2.5. bezpośrednia (AV)
2.6. pośrednia (AVI)
2.7. jawna (AVII)
2.8. ukryta (AVIII)
2.9. niesprowokowana (AIX)
2.10. odwetowa (AX)
2.11. wroga (AXI)
2.12. instrumentalna (AXII)
3. Czynniki PMO i ich składniki (NEO-PI-R)
1.1. Neurotyczność
1.2. Ekstrawertyczność
1.3. Otwartość na doświadczenie
1.4. Ugodowość
1.5. Sumienność

Rysunek 4. Zmienne uwzględnione w badaniach.

Zależności między agresywnością w marzeniach sennych i jej rodzajami a gotowością do agresji na jawie (w formie trzech niezależnych miar agresywności: PGJ, N2, A0) oraz skłonnością do poszczególnych form agresji na jawie (AI–AXII) ustalono za pomocą współczynnika korelacji *r* Pearsona. W ten sam sposób obliczono: związki między cechami osobowości z PMO a agresywnością w marzeniach sennych i jej składowymi oraz zależności pomiędzy osobowością na jawie (NEOUS i gotowością do agresji na jawie) a rolą, jaką przyjmuje badany we śnie (agresora, ofiary, obserwatora lub autoagresora).

Operacjonalizacja hipotezy i pytań badawczych

Badania miały przynieść odpowiedź na pytanie, czy istnieje związek pomiędzy występowaniem agresji w marzeniach sennych a gotowością do agresji przejawianą na jawie. W szczególności chodziło o ustalenie, czy analizowanie marzeń sennych pod kątem treści agresywnych jest dobrą metodą diagnozy agresywnej osobowości, a ponadto, czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie, czyli czy agresja w marzeniach sennych jest związana z agresywnością, tak samo jak ma to miejsce na jawie. Dodatkowym celem badania było uzyskanie informacji na temat korelatów osobowościowych agresywności w marzeniach sennych oraz roli przyjmowanej we śnie w kontekście treści agresywnych.

Hipoteza oraz pytania badawcze postawione w badaniach zostały zoperacjonalizowane w następujący sposób:

H1 – Istnieje dodatnia korelacja między agresywnością w marzeniach sennych (AM–a17) oraz agresywnością na jawie (PGJ, N2, A0, AI–AXII).

H1.1 – Istnieje dodatnia korelacja między ogólnym wskaźnikiem agresywności w marzeniach sennych (AM) i gotowością do agresji na jawie (PGJ, N2 i A0).

H1.1a – Istnieje dodatnia korelacja między ogólnym wskaźnikiem agresywności w marzeniach sennych (AM) i poznawczą gotowością do agresji na jawie (PGJ).

H1.1b – Istnieje dodatnia korelacja między ogólnym wskaźnikiem agresywności w marzeniach sennych (AM) i emocjonalną gotowością do agresji na jawie (N2).

H1.1c – Istnieje dodatnia korelacja między ogólnym wskaźnikiem agresywności w marzeniach sennych (AM) i ogólnym wskaźnikiem agresji na jawie (A0).

H1.2 – Istnieje dodatnia korelacja między rodzajami agresji w marzeniach sennych (AW–a17) i odpowiadającymi im rodzajami agresji na jawie (AI–AXII).

H1.2a – Istnieje dodatnia korelacja między ogólnym wskaźnikiem agresji werbalnej w marzeniach sennych (AW) i agresją werbalną na jawie (AI).

H1.2b – Istnieje dodatnia korelacja między ogólnym wskaźnikiem agresji fizycznej w marzeniach sennych (AF) i agresją fizyczną na jawie (AII).

H1.2c – Istnieje dodatnia korelacja między agresją ukrytą w marzeniach sennych (A1) i agresją ukrytą na jawie (AVIII).

H1.2d – Istnieje dodatnia korelacja między agresją czynną w marzeniach sennych (a9) i agresją czynną na jawie (AIII).

H1.2e – Istnieje dodatnia korelacja między agresją bierną w marzeniach sennych (a10) i agresją bierną na jawie (AIV).

H1.2f – Istnieje dodatnia korelacja między agresją bezpośrednią w marzeniach sennych (a11) i agresją bezpośrednią na jawie (AV).

H1.2g – Istnieje dodatnia korelacja między agresją pośrednią w marzeniach sennych (a12) i agresją pośrednią na jawie (AVI).

H1.2h – Istnieje dodatnia korelacja między agresją niesprowokowaną w marzeniach sennych (a13) i agresją niesprowokowaną na jawie (AIX).

H1.2i – Istnieje dodatnia korelacja między agresją odwetową w marzeniach sennych (a14) i agresją odwetową na jawie (AX).

H1.2j – Istnieje dodatnia korelacja między agresją wrogą w marzeniach sennych (a15) i agresją wrogą na jawie (AXI).

H1.2k – Istnieje dodatnia korelacja między agresją instrumentalną w marzeniach sennych (a16) i agresją instrumentalną na jawie (AXII).

H1.2l – Istnieje dodatnia korelacja między agresją jawną w marzeniach sennych (a17) i agresją jawną na jawie (AVII).

Postawiono *pytanie badawcze*, czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie, które zostało zoperacjonalizowane w następujący sposób:

P1. Czy w marzeniach sennych występują następujące formy agresji: ukryta (A1), werbalna (A2, A3, A4), fizyczna (A5, A6, A7, A8), czynna (a9), bierna (a10), bezpośrednia (a11), pośrednia (a12), niesprowokowana (a13), odwetowa (a14), wroga (a15), instrumentalna (a16) oraz jawna (a17)?

Następnie postawiono *pytanie badawcze* o zależności między cechami osobowości NEOUS a agresywnością w marzeniach sennych, które zostało następująco zoperacjonalizowane:

P2. Czy istnieje związek pomiędzy wynikami w *NEO-PI-R* i ogólnym wskaźnikiem agresywności w marzeniach sennych (AM)?

P3. Czy istnieje związek pomiędzy wynikami w *NEO-PI-R* i wskaźnikami dla poszczególnych form zachowań agresywnych w marzeniach sennych (AW, AF, A1–a17)?

Zostało również postawione *pytanie badawcze*, czy istnieje zależność między przyjmowaną we śnie rolą a cechami osobowości NEOUS oraz wskaźnikami agresywności na jawie, które zostało następująco zoperacjonalizowane:

P4. Czy istnieje związek pomiędzy wynikami w *NEO-PI-R* i przyjmowaną we śnie rolą agresora (AG), ofiary (OF), obserwatora (OB) lub autoagresora (AU)?

P5. Czy istnieje związek pomiędzy gotowością do agresji na jawie (PGJ, N2 i A0) i przyjmowaną we śnie rolą agresora (AG), ofiary (OF), obserwatora (OB) lub autoagresora (AU)?

3.3.2 Wyniki

Na potrzeby analiz dotyczących hipotez oraz pytań badawczych przebadano 248 osób. Były to dwie grupy osób: 62 studentki oraz 186 osób bliskich badanym studentkom (143 kobiet i 43 mężczyzn).

Podstawowe statystyki opisowe dla głównej grupy osób badanych (studentek), odnośnie do zmiennych osobowościowych, przedstawione są w tabeli 12.

Tabela 12

Statystyki opisowe zmiennych osobowościowych grupy studentek (N = 62)

	Średnia	Mediana	Odchylenie standardowe	Minimum	Maksimum
N	106,53	109,50	28,02	35	165
E	107,00	105,50	25,05	63	158
O	132,79	135,00	23,34	41	178
U	105,66	103,50	21,02	63	158
S	117,84	119,00	24,30	60	161
N2	14,77	14,00	5,10	4	26
PGJ	5,45	5,00	2,05	1	10
A0	129,35	121,67	29,32	94	223

Większość zmiennych osobowościowych charakteryzuje się rozkładem normalnym (testy normalności rozkładu Lillieforsa i *W* Shapiro–Wilka – $p > 0{,}05$), w przypadku czynników *NEO-PI-R* są to: Neurotyczność, Ekstrawertyczność, Ugodowość i Sumienność, za wyjątkiem Otwartości na doświadczenie, której wyniki wykazują asymetrię lewostronną (większość wyników znajduje się powyżej średniej; testy normalności rozkładu Lillieforsa i *W* Shapiro–Wilka – $p < 0{,}05$). Wysokie wartości odchyleń standardowych świadczą o dużym rozproszeniu wyników wokół średniej, co wskazuje na to, że poziom cech osobowości NEOUS w przebadanej próbie był zróżnicowany.

W przypadku gotowości do agresji na jawie rozkładem normalnym charakteryzowały się wyniki poznawczej gotowości do agresji (PGJ) oraz emocjonalnej gotowości do agresji (N2) (testy normalności rozkładu Lillieforsa i *W* Shapiro–Wilka – $p > 0{,}05$), jedynie wyniki skłonności do agresywnego zachowania na jawie (A0) wskazywały na agresywność grupy poniżej średniej (rozkład wyników prawostronnie skośny; testy normalności rozkładu Lillieforsa i *W* Shapiro–Wilka – $p < 0{,}01$). Może to wynikać z tego, że kwestionariusze dotyczące dwóch pierwszych wymiarów wypełniały same badane, natomiast wynik A0 pochodził z kwestionariusza SOS, w którym zachowanie badanych było oceniane przez osoby bliskie. Wysokie wartości odchyleń standardowych świadczą

o dużym rozproszeniu wyników wokół średniej, co wskazuje na to, że poziom agresywności w przebadanej próbie był zróżnicowany.

Zależność między agresywnością na jawie i we śnie

W celu ustalenia zależności między agresywnością w marzeniach sennych a gotowością do agresji na jawie skorelowano odpowiadające sobie wskaźniki pochodzące z narzędzi do badania agresywności: czynniki AM–a17 pochodzące z *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*; trzy niezależne miary agresywności: poznawczą gotowość do agresji na jawie (*Test rozumowania* Jamesa i McIntyre'a), emocjonalną gotowość do agresji na jawie (N2, podskala Agresywna wrogość w *NEO-PI-R*) i ogólny wskaźnik agresywnego zachowania na jawie (A0) oraz różne rodzaje agresji na jawie (AI–AXII) pochodzące ze *Skali obserwacyjnej studenta*. Wyniki korelacji podskal SOS, poznawczej gotowości do agresji na jawie i Agresywnej wrogości z agresywnością w marzeniach sennych znajdują się w tabeli 13.

Odnośnie do zależności między agresywnością w snach i gotowością do agresji na jawie zostały postawione hipotezy *H1–H1.2l.* Wyniki dotyczące wymienionych hipotez prezentuje tabela 13.

Jedyna korelacja istotna statystycznie, jaką stwierdzono odnośnie do agresywności na jawie i we śnie, to słaba korelacja ujemna między agresją werbalną w marzeniach sennych (A4) i agresją jawną na jawie (AVII). Oznacza to, że im większa skłonność do agresji jawnej na jawie, tym mniejsza agresja werbalna w marzeniach sennych.

Na potrzeby weryfikacji hipotezy *H1.1*, mówiącej o istnieniu dodatniej korelacji między ogólnym wskaźnikiem agresywności w marzeniach sennych (AM) i gotowością do agresji na jawie (PGJ, N2 i A0), skorelowano odpowiadające sobie wskaźniki – ogólny poziom agresywności na jawie i we śnie (tabela 13). Nie stwierdzono żadnych istotnych statystycznie korelacji, tym samym hipoteza nie została potwierdzona. Oznacza to, że *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* nie umożliwia trafnego i rzetelnego pomiaru ogólnego poziomu gotowości do agresji na jawie.

Na potrzeby weryfikacji hipotezy *H1.2*, mówiącej o istnieniu dodatniej korelacji między rodzajami agresji w marzeniach sennych (AW–a17) i odpowiadającymi im rodzajami agresji na jawie (AI–AXII), skorelowano odpowiadające sobie wskaźniki – rodzaje agresji na jawie i we śnie

Tabela 13

Korelacje podskal SOS, poznawczej gotowości do agresji na jawie i Agresywnej wrogości z agresywnością w marzeniach sennych (N = 62)

	A0	AI	AII	AIII	AIV	AV	AVI	AVII	AVIII	AIX	AX	AXI	AXII	PGJ	N2
AM	,068	,057	,190	,092	,149	−,017	,024	,014	,075	,079	,025	,078	,026	,059	,045
AW	,057	,103	,106	,057	,142	−,006	,011	,008	,110	,002	−,004	,016	,058	,083	,210
AF	,075	,022	,175	,108	,165	,009	−,001	,024	,050	,137	,042	,116	,012	,036	−,014
A1	,101	,140	,080	,115	,074	,076	,172	,137	,107	−,023	,002	,049	,017	,032	,099
A2	,044	,083	,172	,044	,061	−,063	,003	,028	,123	,020	,014	,033	,034	,101	,173
A3	,169	,244	−,006	,185	,245	,202	,099	,147	,062	,085	,062	,103	,093	−,031	,245
A4	−,101	−,111	−,105	−,121	,162	−,054	−,084	**−,251***	,008	−,173	−,153	−,177	,038	,079	,080
A5	−,081	−,159	,134	−,039	−,057	−,162	−,033	−,107	,060	−,017	−,028	,015	,201	−,129	−,065
A6	,075	,062	,066	,112	,153	,077	−,086	,004	,085	,047	,022	,122	,078	,042	−,032
A7	,082	,031	,175	,113	,171	,004	,040	,037	,011	,139	,048	,101	,047	,041	−,043
A8	,084	,039	,172	,087	,150	,030	,015	,066	,054	,196	,054	,104	−,030	,076	,101
a9	,048	,030	,180	,083	,128	−,027	,005	−,015	,052	,081	,014	,056	,013	,033	,032
a10	−,114	−,102	,012	−,036	,122	−,205	−,066	−,190	−,091	−,165	−,118	−,136	−,016	,071	−,036
a11	,055	,042	,203	,094	,145	−,030	−,004	−,014	,056	,087	,013	,070	,025	,041	,015
a12	,037	,026	−,027	−,109	−,054	,006	,108	,111	,116	,020	,101	,053	−,035	,167	,207
a13	,099	,104	,199	,098	,160	,037	,035	,084	,113	,119	,040	,108	−,033	,069	,142
a14	,015	−,007	,156	,051	,041	−,087	−,013	−,084	,009	,029	,038	,050	,114	,041	−,146
a15	,077	,084	,151	,058	,138	,012	,108	,024	,043	,041	,056	−,008	,100	,165	,060
a16	−,007	−,040	,114	,032	,059	−,066	−,105	−,028	,021	,051	−,021	,110	−,051	−,100	−,076
a17	,061	,046	,200	,080	,140	−,035	,010	,001	,079	,090	,029	,083	,018	,059	,039

*p < 0,05

(tabela 14). Nie stwierdzono żadnych istotnych statystycznie korelacji, tym samym hipoteza nie została potwierdzona. Oznacza to, że *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* nie umożliwia trafnego i rzetelnego pomiaru poziomu gotowości do określonych form agresji na jawie.

Tym samym hipotezy *H1–H1.2l* nie zostały potwierdzone, ponieważ nie zaobserwowano dodatnich korelacji między agresywnością w marzeniach sennych (AM–a17) a odpowiadającymi im rodzajami agresji na jawie (PGJ, N2, A0, AI–AXII), co uniemożliwia pomiar agresywności na jawie dzięki analizie treści marzeń sennych.

Tabela 14

Zależności między różnymi rodzajami agresji na jawie i w marzeniach sennych (N = 62)

Rrodzaje agresji	Współczynnik korelacji
a. werbalna (AI i AW)	,10
a. werbalna (AI i A2)	,08
a. werbalna (AI i A3)	,24
a. werbalna (AI i A4)	−,11
a. fizyczna (AII i AF)	,17
a. fizyczna (AII i A5)	,13
a. fizyczna (AII i A6)	,07
a. fizyczna (AII i A7)	,17
a. fizyczna (AII i A8)	,17
a. czynna (AIII i a9)	,08
a. bierna (AIV i a10)	,12
a. bezpośrednia (AV i a11)	−,03
a. pośrednia (AVI i a12)	,11
a. jawna (AVII i a17)	,00
a. ukryta (AVIII i a1)	,11
a. niesprowokowana (AIX i a13)	,12
a. odwetowa (AX i a14)	,04
a. wroga (AXI i a15)	−,01
a. instrumentalna (AXII i a16)	−,05

Następnie, aby odpowiedzieć na pytanie badawcze *P1*, analizie poddano występowanie w marzeniach sennych następujących form agresji interpersonalnej, wyodrębnionych uprzednio na jawie: werbalnej, fizycznej, czynnej, biernej, bezpośredniej, pośredniej, jawnej, ukrytej, niesprowokowanej, odwetowej, wrogiej oraz instrumentalnej. W opisach snów osób badanych zaobserwowano każdą z wyżej wymienionych form agresji. Przykłady treści należących do różnych kategorii agresji, pochodzących z dzienników snów, umieszczone zostały w *Aneksie* (Załącznik 1g).

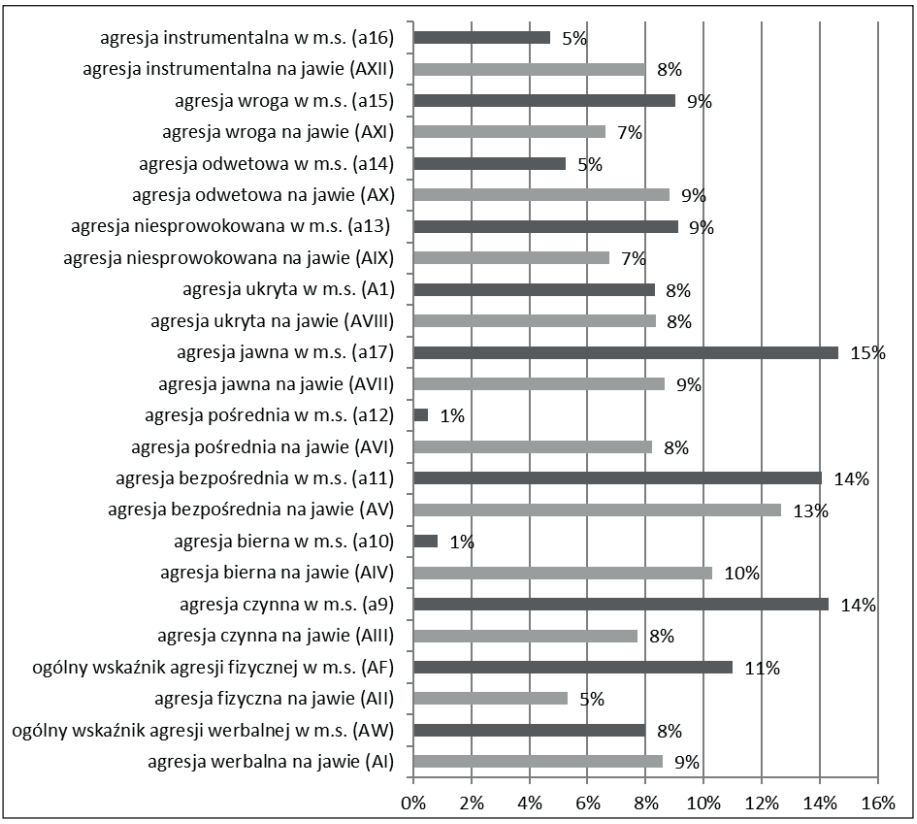
Wyniki świadczą o tym, że agresywne treści występują dość często w marzeniach sennych – stwierdzono je w sumie 2122 razy u wszystkich 62 badanych kobiet, a więc u każdej osoby badanej treści agresywne różnego rodzaju pojawiały się średnio 34 razy na 10 snów. Najczęstszymi formami agresji w marzeniach sennych okazały się: agresja jawna (wystąpiła średnio 5 razy u każdego badanego), agresja czynna ($M = 4{,}8$), agresja bezpośrednia ($M = 4{,}7$) i agresja fizyczna ($M = 3{,}8$), wyniki te cechują się również największym zróżnicowaniem. Najrzadziej natomiast występowały: agresja pośrednia ($M = 0{,}2$) i agresja bierna ($M = 0{,}3$).

Statystyki opisowe dla form agresji w marzeniach sennych i wyniku ogólnego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* znajdują się w tabeli 4 w podrozdziale 3.2.1.2.

Podczas gdy we śnie występuje głównie agresja jawna, czynna, bezpośrednia i fizyczna, na jawie dominuje agresja bezpośrednia ($M = 16{,}3$) oraz bierna ($M = 13{,}3$). Najrzadziej natomiast występowały na jawie: agresja fizyczna ($M = 6{,}9$), wroga ($M = 8{,}6$) i niesprowokowana ($M = 8{,}7$).

Szczególnie duże różnice dotyczą agresji biernej, której procentowy udział w całości zachowań agresywnych wyniósł na jawie – 10%, we śnie – 1%, agresji pośredniej (na jawie – 8%, we śnie – 1%), jawnej (na jawie – 9%, we śnie – 15%), czynnej (na jawie – 8%, we śnie – 14%) oraz fizycznej (na jawie – 5%, we śnie – 11%). Różnice te są istotne statystycznie na poziomie $p < 0{,}001$. Procentowy udział form agresji w całości zachowań agresywnych na jawie i w marzeniach sennych został przedstawiony na rys. 5.

Dominacja korelacji z udziałem agresji werbalnej, w porównaniu z innymi rodzajami agresji w marzeniach sennych, wskazuje na to, że jest to szczególnie istotny rodzaj agresji we śnie, pomimo stosunkowo niewielkiego udziału w całości zachowań agresywnych w marzeniach sennych (8%). Procentowy udział agresji werbalnej na jawie jest podobny


agresja instrumentalna w m.s. (a16) 5%
agresja instrumentalna na jawie (AXII) 8%
agresja wroga w m.s. (a15) 9%
agresja wroga na jawie (AXI) 7%
agresja odwetowa w m.s. (a14) 5%
agresja odwetowa na jawie (AX) 9%
agresja niesprowokowana w m.s. (a13) 9%
agresja niesprowokowana na jawie (AIX) 7%
agresja ukryta w m.s. (A1) 8%
agresja ukryta na jawie (AVIII) 8%
agresja jawna w m.s. (a17) 15%
agresja jawna na jawie (AVII) 9%
agresja pośrednia w m.s. (a12) 1%
agresja pośrednia na jawie (AVI) 8%
agresja bezpośrednia w m.s. (a11) 14%
agresja bezpośrednia na jawie (AV) 13%
agresja bierna w m.s. (a10) 1%
agresja bierna na jawie (AIV) 10%
agresja czynna w m.s. (a9) 14%
agresja czynna na jawie (AIII) 8%
ogólny wskaźnik agresji fizycznej w m.s. (AF) 11%
agresja fizyczna na jawie (AII) 5%
ogólny wskaźnik agresji werbalnej w m.s. (AW) 8%
agresja werbalna na jawie (AI) 9%
0% 2% 4% 6% 8% 10% 12% 14% 16%

* m.s. – marzenia senne

Rysunek 5. Procentowy udział form agresji w całości zachowań agresywnych na jawie i w marzeniach sennych.

(9%), co również wskazuje na wyjątkowy charakter agresji werbalnej w marzeniach sennych kobiet.

Analizie poddano również informacje dodatkowe, udzielone przez osoby badane w dziennikach snów. W informacjach tych badani często donosili o agresywnych wydarzeniach poprzedzających sen, tłumacząc nimi agresywne sytuacje w marzeniach sennych. Informacji dodatkowych udzielili wszyscy badani (N = 62). Tłumaczenia treści agresywnych występujących w ich snach podjęło się 40 osób, w tym aż 34 osoby wyjaśniały je wcześniejszymi agresywnymi wydarzeniami na jawie. Bardzo często we śnie miały swoje odbicie filmy z elementami przemocy fizycznej i psychicznej, oglądane przez badanych

przed snem lub wcześniej, które skutkowały snami o walce, napadzie z bronią w ręku lub próbie zastrzelenia badanego wraz z rodziną. Częste odbicie w snach miały również gry komputerowe z elementami przemocy (np. Diablo II), w które badani grali przed snem, w wyniku czego w ich snach pojawiały się motywy takie jak walka z demonem lub zabijanie potworów. Częstym motywem były również awantury we śnie z osobami bliskimi i znajomymi pod wpływem wcześniejszej kłótni, rozmowy z nimi lub o nich, braku porozumienia lub zupełnego braku komunikacji na jawie (np. sen o awanturze z sąsiadem, który na jawie zachowuje się hałaśliwie, irytując śniącego, a badany nie ma odwagi zwrócić mu uwagi). Częsta jest również objawiająca się we śnie antypatia oraz różnego rodzaju negatywne emocje (pogarda, niechęć, złość, obrzydzenie, irytacja, zazdrość) w stosunku do osób, które nie są darzone sympatią na jawie oraz ze strony postaci we śnie w stosunku do badanego, który doświadczył od nich złego traktowania na jawie. Inne przykłady to: kłótnia z policją w zajezdni autobusowej we śnie pod wpływem wcześniejszego, podobnego nieprzyjemnego wydarzenia na jawie; zrywanie kontaktów przez znajomych lub przez badanego ze znajomymi na jawie, a następnie we śnie; sny o konflikcie ze współlokatorkami pod wpływem kłótni z przyjaciółką i rozmyślania o poprzednich przyjaźniach i konfliktach; sen o złośliwych uwagach babci w stosunku do swojej wnuczki, i awanturze z nią, po podobnej sytuacji na jawie (bez awantury); udawanie we śnie, że nie widzi się osoby, z którą relacje na jawie uległy pogorszeniu; sen o groźbach ze strony ojca pod wpływem jego krytycznych uwag na jawie; sen o złośliwych zakonnicach pod wpływem nieprzyjemnie przekazanych odmów prowadzenia badań psychologicznych w szkołach katolickich.

Inne, zdecydowanie rzadsze rodzaje tłumaczeń agresji w snach, jakie pojawiły się w informacjach dodatkowych od badanych, to: osobowość (własna lub cudza), odczucia fizyczne podczas snu (wpływ czynników zewnętrznych, np. sen o ściskaniu nadgarstka badanego przez agresora pod wpływem braku dopływu krwi do ręki), stan fizyczny (np. hipoglikemia, upojenie alkoholowe), zły nastrój, obawy, negatywne emocje (inne niż agresywne, np. lęk, poczucie winy, poczucie zaniedbywania obowiązków), oddawanie natury relacji na jawie lub wręcz odwrotnie – pokazywanie przeciwieństwa prawdziwych relacji, znaczenie ideologiczne (np. agresja dla ratowania zwierząt) lub symboliczne (jedynie w snach

mężczyzn, np. użycie noża jako symbol „absolutnej stanowczości"). Niektórzy badani uważają, że związek agresji w snach z jawą istnieje, ale nie umieją go wytłumaczyć.

Następnie zanalizowano za pomocą testu *t*-Studenta, czy występuje różnica pomiędzy wynikami agresywności w marzeniach sennych oraz gotowości do agresji na jawie (w formie trzech niezależnych miar agresywności: PGJ, N2, A0) u osób tłumaczących występowanie agresji w marzeniach sennych poprzedzającymi wydarzeniami na jawie oraz osób niepodających podobnych wyjaśnień. W badaniach wykazano, że osoby deklarujące wcześniejsze agresywne wydarzenia na jawie uzyskują istotnie wyższe wyniki agresywności w marzeniach sennych niż osoby, które o takich wydarzeniach nie donosiły. Podobny efekt zaobserwowano w odniesieniu do Agresywnej wrogości (N2): osoby deklarujące wcześniejsze agresywne wydarzenia na jawie charakteryzują się istotnie wyższymi wynikami niż osoby, które o takich wydarzeniach nie donosiły. Wyniki te powinny być jednak interpretowane z ostrożnością, ponieważ badanych nie pytano wprost o agresywne wydarzenia na jawie poprzedzające agresję w marzeniach sennych, udzielali spontanicznych komentarzy, a więc nieznane są potencjalne odpowiedzi pozostałych osób. Wyniki prezentuje tabela 15.

Tabela 15

Różnice pomiędzy badanymi grupami w zakresie agresywności w marzeniach sennych oraz gotowości do agresji na jawie

	Średnia Grupa 1 (*N* = 34)	Średnia Grupa 2 (*N* = 28)	*t*	*df*	*p*	Odchylenie standardowe Grupa 1	Odchylenie standardowe Grupa 2
agresywność w m.s.	40,50	26,61	1,99	60	0,05	28,21	26,40
PGJ	5,71	5,14	1,08	60	0,28	2,20	1,84
N2	15,88	13,43	1,93	60	0,06	4,99	4,99
A0	127,47	131,63	−0,55	60	0,58	28,95	30,15

grupa 1 – grupa osób tłumaczących występowanie agresji w marzeniach sennych poprzedzającymi wydarzeniami na jawie, grupa 2 – grupa osób nie podających wyjaśnień dotyczących poprzedzających wydarzeń na jawie (*N* = 62)

Zależność między cechami osobowości a agresywnością w marzeniach sennych

Następnie, aby odpowiedzieć na pytania badawcze *P2–P5*, analizie poddano związki między cechami osobowości z PTO a agresywnością w marzeniach sennych.

Tabela 16

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych z czynnikami z NEO-PI-R (N = 62)

	N	E	O	U	S
AM	,116	−,129	,057	−,023	,035
AW	,248	−,134	−,076	−,032	,021
AF	,030	−,115	,131	−,067	−,003
A1	,039	−,083	−,058	−,140	,073
A2	**,254***	−,136	−,071	,053	,006
A3	,114	,043	,040	**−,255***	,002
A4	,139	−,214	−,168	−,027	,078
A5	−,035	−,116	,082	,148	,212
A6	,033	−,051	,213	−,043	−,006
A7	,016	−,078	,107	−,048	−,026
A8	,064	−,170	,023	−,190	−,060
a9	,109	−,116	,056	−,023	,034
a10	,057	−,030	,082	,204	,045
a11	,122	−,132	,064	−,018	,024
a12	,036	,079	−,008	,154	,113
a13	,250	−,145	,068	−,063	,067
a14	−,114	−,046	,023	,124	−,009
a15	,231	−,158	−,016	−,027	−,003
a16	−,125	−,011	,130	,012	,044
a17	,128	-,128	,061	,012	,033

*$p < 0{,}05$

Jak wynika z tabeli 16, odnotowano dwie istotne statystycznie zależności, odnośnie do czynników z *NEO-PI-R* i składowych agresywności w marzeniach sennych. Pierwsza miała charakter dodatni – był to słaby związek między Neurotycznością (N) a agresją werbalną w marzeniach sennych (A2). Drugi związek stwierdzono między Ugodowością (U) a agresją werbalną w marzeniach sennych (A3). Był to słaby związek o charakterze ujemnym. Oznacza to, że im bardziej osoba jest neurotyczna, tym większą agresję werbalną przejawia w marzeniach sennych, natomiast im bardziej jest ugodowa – tym mniejszą.

Następnie sprawdzono zależności między składowymi agresywności w marzeniach sennych a składnikami czynników z *NEO-PI-R*.

Tabela 17

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Neurotyczności z NEO-PI-R (N = 62)

	N1	N2	N3	N4	N5	N6
AM	,127	,045	,193	,052	−,003	,069
AW	,234	,210	,241	,201	,052	,142
AF	,048	−,014	,159	−,054	−,034	,002
A1	,001	,099	,004	,094	−,085	,061
A2	**,253***	,173	,242	,193	,059	,176
A3	,088	,245	,170	,061	,009	−,049
A4	,106	,080	,075	,202	,029	,112
A5	−,035	−,065	,015	,104	−,199	−,014
A6	,024	−,032	,044	−,032	,124	,026
A7	,044	−,043	,155	−,083	−,028	,000
A8	,088	,101	,234	−,055	−,097	−,013
a9	,122	,032	,186	,031	,024	,061
a10	,066	−,036	,120	,244	−,175	−,028
a11	,150	,015	,199	,042	,020	,078
a12	−,051	,207	,047	,040	−,013	−,027
a13	**,264***	,142	**,300***	,157	,032	,168

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

a14	−,094	−,146	−,030	−,137	−,040	−,070
a15	,244	,060	**,311***	,143	,066	,147
a16	−,107	−,076	−,082	−,135	−,055	−,091
a17	,144	,039	,206	,052	,011	,080

*$p < 0,05$

Jak wynika z tabeli 17, wszystkie związki dotyczące składników Neurotyczności i składowych agresywności w marzeniach sennych, jakie zaobserwowano, miały charakter dodatni. Stwierdzono dodatnie, słabe związki między Lękiem (N1) a agresją werbalną w marzeniach sennych (A2) i niesprowokowaną w marzeniach sennych (a13). Oznacza to, że im bardziej osoba jest lękowa, tym większą przejawia agresję werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych.

Depresyjność (N3) korelowała także dodatnio w stopniu umiarkowanym z agresją niesprowokowaną w marzeniach sennych (a13) oraz z agresją wrogą w marzeniach sennych (a15). Oznacza to, że im wyższa depresyjność, tym większa skłonność do agresji niesprowokowanej oraz wrogiej w marzeniach sennych.

Tabela 18

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Ekstrawertyczności z NEO-PI-R (N = 62)

	E1	E2	E3	E4	E5	E6
AM	−,218	−,033	−,066	−,021	−,036	−,025
AW	−,244	,083	−,121	−,096	,028	−,093
AF	−,197	−,117	−,040	,037	−,038	−,007
A1	−,151	,048	,010	−,058	,060	−,055
A2	−,210	,088	−,136	−,131	−,013	−,070
A3	−,182	,025	,037	,187	**,256***	−,040
A4	−,191	,054	−,141	−,228	−,142	−,149
A5	−,118	−,122	−,083	−,022	−,068	,031
A6	−,101	−,016	−,110	,073	,022	,045

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

A7	−,155	−,095	−,004	,048	−,051	,007
A8	**−,273***	−,175	,008	−,023	−,028	−,106
a9	−,190	−,048	−,043	−,012	−,053	−,014
a10	−,088	,148	−,161	,048	−,015	,001
a11	−,197	−,050	−,070	−,032	−,055	−,025
a12	−,036	,080	,099	,188	−,022	,080
a13	−,225	−,085	−,086	−,014	−,041	−,090
a14	−,098	,049	−,016	−,042	−,039	,105
a15	−,202	−,016	−,104	−,117	−,051	−,109
a16	−,090	−,033	,002	,088	−,006	,118
a17	−,205	−,040	−,069	−,018	−,058	−,021

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

*$p < 0,05$

Odnotowano dwa istotne statystycznie związki, dotyczące składników Ekstrawertyczności i składowych agresywności w marzeniach sennych. Pierwszy miał charakter ujemny – był to słaby związek między Serdecznością (E1) a agresją fizyczną w marzeniach sennych (A8). Oznacza to, że im bardziej osoba jest serdeczna, tym mniejszą agresję fizyczną przejawia w marzeniach sennych.

Drugi związek stwierdzono między Poszukiwaniem doznań (E5) a agresją werbalną w marzeniach sennych (A3). Był to słaby związek o charakterze dodatnim. Oznacza to, że im bardziej osoba poszukuje doznań, tym większą agresję werbalną przejawia w marzeniach sennych. Wyniki przedstawione są w tabeli 18.

Tabela 19

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Otwartości na doświadczenie z NEO-PI-R (N = 62)

	O1	O2	O3	O4	O5	O6
AM	,073	−,025	,030	,095	−,062	,180
AW	−,053	−,186	,021	,032	−,191	,089
AF	,169	,078	,030	,077	,043	,201

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

A1	−,044	−,169	−,072	,159	−,030	−,089
A2	−,097	−,153	,005	,024	−,177	,145
A3	,103	−,140	,108	,122	−,032	,030
A4	−,034	−,175	−,055	−,086	−,249	−,138
A5	,055	−,006	,074	,001	,138	,092
A6	,231	,134	,110	**,283***	,090	,098
A7	,143	,081	,004	,054	−,003	,221
A8	,088	−,004	−,041	−,104	,010	,165
a9	,075	−,020	,036	,073	−,069	,194
a10	,115	,003	,091	,112	,008	,035
a11	,083	,002	,029	,066	−,065	,208
a12	−,060	−,076	,133	,116	−,105	−,018
a13	,084	,064	,044	−,010	−,047	,191
a14	,012	−,091	,010	,174	−,069	,110
a15	,008	−,089	−,013	,037	−,166	,211
a16	,082	,090	,064	,136	,113	,091
a17	,072	−,005	,040	,078	−,073	,201

*$p < 0,05$

Jedyną zaobserwowaną zależnością dotyczącą składników Otwartości na doświadczenie i składowych agresywności w marzeniach sennych była słaba, dodatnia korelacja między agresją fizyczną w marzeniach sennych (A6) i Działaniami (O4). Oznacza to, że im bardziej otwarta na działania jest dana osoba, tym większą przejawia agresję fizyczną w marzeniach sennych. Wyniki przedstawione są w tabeli 19.

Tabela 20

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Ugodowości z NEO-PI-R (N = 62)

	U1	U2	U3	U4	U5	U6
AM	−,190	−,084	,088	−,055	,227	−,080
AW	−,231	−,031	,019	−,116	,237	,000
AF	−,182	−,121	,059	−,046	,181	−,173
A1	−,125	−,180	−,055	−,104	,023	−,108
A2	−,175	,055	,049	−,032	**,271***	,043
A3	**−,269***	**−,309***	−,048	**−,266***	,047	−,144
A4	−,145	,044	−,027	−,112	,108	,027
A5	,045	,049	,147	,191	,042	,143
A6	−,096	−,090	,124	−,043	,121	−,222
A7	−,136	−,095	,046	−,054	,177	−,147
A8	**−,341****	−,200	−,071	−,119	,182	−,206
a9	−,176	−,085	,104	−,068	,213	−,084
a10	−,080	,115	,187	,197	,245	,173
a11	−,195	−,052	,081	−,074	,249	−,091
a12	,126	−,102	,192	,242	−,033	**,262***
a13	**−,283***	−,058	−,062	−,057	**,274***	−,063
a14	,066	−,021	**,307***	,035	,099	−,001
a15	−,184	−,037	−,008	−,126	,219	,039
a16	−,044	−,072	,188	,054	,061	−,159
a17	−,174	−,050	,100	−,028	,247	−,049

*$p < 0,05$ **$p < 0,01$

Jak wynika z tabeli 20, odnotowano kilka istotnych statystycznie zależności dotyczących składników Ugodowości i składowych agresywności w marzeniach sennych. Większość z nich miała słabą siłę: między agresją werbalną w marzeniach sennych (A2) oraz agresją niesprowokowaną

w marzeniach sennych (a13) i Skromnością (U5) oraz agresją pośrednią (a12) i Skłonnością do rozczulania się (U6) – korelacja dodatnia; między agresją werbalną w marzeniach sennych (A3) i Zaufaniem (U1) oraz Ustępliwością (U4), a także agresją niesprowokowaną w marzeniach sennych (a13) i Zaufaniem (U1) – korelacja ujemna.

Oznacza to, że im bardziej skromna jest osoba, tym większą przejawia agresję werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych, a im większą ma skłonność do rozczulania się, tym większą przejawia agresję pośrednią w marzeniach sennych. Natomiast im bardziej dana osoba jest ustępliwa, tym mniejszą przejawia agresję werbalną w marzeniach sennych, a im większym zaufaniem darzy inne osoby, tym mniejszą przejawia agresję werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych.

Trzy zależności miały średnią siłę – ujemna korelacja agresji werbalnej w marzeniach sennych (A3) i Prostolinijności (U2) oraz agresji fizycznej w marzeniach sennych (A8) i Zaufania (U1), a także dodatnia korelacja między agresją odwetową w marzeniach sennych (a14) i Altruizmem (U3). Oznacza to, że im większa prostolinijność, tym mniejsza agresja werbalna w marzeniach sennych, a im większe zaufanie do innych osób, tym mniejsza agresja fizyczna w marzeniach sennych, natomiast im większy altruizm, tym większa agresja odwetowa w marzeniach sennych.

Tabela 21

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Sumienności z NEO-PI-R (N = 62)

	S1	S2	S3	S4	S5	S6
AM	−,090	,077	,050	,150	,006	−,037
AW	−,043	,042	,005	,134	−,030	−,011
AF	−,117	,036	,040	,096	−,012	−,058
A1	,029	,069	−,026	,121	−,005	,133
A2	−,089	,015	,021	,120	−,024	−,011
A3	,027	,076	−,034	,099	−,022	−,137
A4	,083	,056	−,006	,092	−,032	,160
A5	,138	,221	,147	,229	,077	,149

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

A6	−,062	−,003	,078	,052	,027	−,106
A7	−,146	,029	,007	,095	−,010	−,099
A8	−,151	−,032	−,015	,001	−,091	,015
a9	−,096	,100	,053	,136	,013	−,059
a10	−,078	−,043	,028	,114	,051	,138
a11	−,114	,070	,054	,131	,011	−,046
a12	,117	,183	,080	,186	,084	−,134
a13	−,104	,155	,034	,180	,054	−,038
a14	−,025	−,060	,102	,052	−,027	−,049
a15	−,102	,086	−,015	,092	−,027	−,061
a16	−,007	,013	,096	,118	,022	−,023
a17	−,100	,080	,059	,150	,015	−,058

Nie stwierdzono żadnych istotnych statystycznie zależności dotyczących składników Sumienności i składowych agresywności w marzeniach sennych. Wyniki przedstawione są w tabeli 21.

Ponadto stwierdzono kilka istotnych statystycznie zależności pomiędzy osobowością na jawie a rolą, jaką pełni badany we śnie (agresora, ofiary, obserwatora lub autoagresora). Były to dodatnie, słabe korelacje pomiędzy Neurotycznością (N), Lękiem (N1) i Nadmiernym samokrytycyzmem (N4) a przyjmowaniem roli ofiary w marzeniach sennych; dodatnia, słaba korelacja pomiędzy Dążeniem do osiągnięć (S4) i przyjmowaniem roli autoagresora w marzeniach sennych oraz umiarkowane, dodatnie korelacje pomiędzy Depresyjnością (N3) i Skromnością (U5) a przyjmowaniem roli ofiary w marzeniach sennych. Oznacza to, że im bardziej osoba jest neurotyczna, lękliwa, nadmiernie krytyczna wobec siebie, depresyjna i skromna, tym częściej pełni rolę ofiary we śnie. Natomiast im silniej osoba dąży do osiągnięcia sukcesu, tym częściej przyjmuje we śnie rolę autoagresora. Wyniki przedstawione są w tabeli 22.

Tabela 22

Korelacje gotowości do agresji na jawie oraz czynników NEO-PI-R i ich składników z rolą przyjmowaną we śnie (N = 62)

	Agresor w marzeniach sennych	Ofiara w marzeniach sennych	Obserwator w marzeniach sennych	Autoagresor w marzeniach sennych
PGJ	0,021	0,074	0,028	−0,066
N2	0,001	0,070	−0,036	0,136
A0	0,082	0,088	0,058	−0,027
N	−0,036	**0,273***	−0,043	0,041
E	−0,058	−0,104	−0,061	−0,134
O	0,016	0,092	0,020	−0,032
U	−0,023	0,059	−0,004	−0,056
S	0,107	0,038	0,017	0,208
N1	−0,051	**0,263***	−0,022	0,040
N3	−0,024	**0,314***	0,029	−0,023
N4	0,006	**0,290***	−0,161	0,162
N5	−0,096	0,031	0,020	−0,119
N6	0,001	0,175	−0,018	−0,016
E1	−0,171	−0,112	−0,120	−0,207
E2	0,064	0,046	−0,095	−0,165
E3	0,087	−0,223	−0,060	−0,066
E4	−0,084	−0,026	0,123	−0,022
E5	0,039	−0,012	−0,018	0,072
E6	0,020	−0,039	0,087	−0,086
O1	−0,005	0,103	0,029	−0,104
O2	−0,125	0,003	0,067	−0,205
O3	−0,040	0,104	0,003	−0,040
O4	0,216	0,087	0,036	0,090

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

O5	−0,006	−0,032	−0,096	−0,016
O6	0,064	0,169	0,071	0,191
U1	−0,039	−0,182	−0,069	0,017
U2	−0,106	−0,028	−0,063	−0,173
U3	0,073	0,099	0,050	0,004
U4	−0,035	−0,035	0,036	−0,030
U5	0,044	**0,379****	0,075	−0,105
U6	−0,021	−0,007	−0,041	0,115
S1	0,054	−0,110	−0,070	0,204
S2	0,115	0,026	0,038	0,206
S3	0,076	0,050	0,028	0,055
S4	0,136	0,176	0,086	**0,267***
S5	0,030	0,018	0,058	0,048
S6	0,077	0,017	−0,070	0,163

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

*$p < 0,05$ **$p < 0,01$

Przykłady treści dotyczących roli przyjmowanej przez śniącego, pochodzących z dzienników snów, zamieszczone są w *Aneksie* (Załącznik 1h).

3.3.3 Dyskusja wyników

Podstawowym celem prezentowanych badań była próba pokazania związku pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych a agresywnością przejawianą na jawie oraz ustalenia charakteru tego związku. Badania miały przynieść odpowiedź na pytanie, czy istnieje związek pomiędzy występowaniem agresji w marzeniach sennych a gotowością do agresji na jawie oraz czy analizowanie marzeń sennych pod kątem treści agresywnych może być dobrą metodą diagnozy agresywnej osobowości. Badania wykazały, że taki związek istnieje, ale metoda – choć okazała się rzetelna i uzyskała bardzo dobre oceny od sędziów kompetentnych – nie pozwala na wystarczająco trafne diagnozowanie agresywnej osobowości na jawie. Można natomiast uznać ją za

wartościową i przydatną do badania agresji w marzeniach sennych w innych celach, np. w psychoterapii do identyfikowania obszarów i konkretnych sytuacji, w których istnieje problem agresji, oraz jako pretekst do rozmowy o tym trudnym temacie. Ponieważ psychoterapia trwa zwykle nie krócej niż sześć miesięcy, jest wystarczająco dużo czasu na podjęcie powyższych działań, jeśli analiza będzie dotyczyła komentarzy do agresywnych treści marzeń sennych odnoszących się do wydarzeń na jawie, bez mało ekonomicznego i dość skomplikowanego obliczania wyników z użyciem *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*.

By uzyskać odpowiedzi na hipotezy i pytania badawcze, przy analizie uzyskanych wyników wykorzystany został autorski *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* oraz narzędzia do badania agresywności i trzy niezależne, związane z nimi miary agresywności: *Test rozumowania* Jamesa i McIntyre'a (2000), podskala Neurotyczności – Agresywna wrogość (Siuta, 2006) i *Skala obserwacyjna studenta*. Zastosowanie w badaniach trzech niezależnych miar gotowości do agresji na jawie (PGJ, N2 i A0) miało służyć temu, aby mierząc agresywność osób badanych na trzy różne sposoby, zmierzyć tym samym różne aspekty agresywności. Było to konieczne ze względu na poważne ograniczenia pomiaru agresywności, jak również przyjęty w niniejszej pracy model agresywności.

Zależność między agresją na jawie i we śnie

Stwierdzono niewiele istotnych zależności pomiędzy agresywnością w snach i gotowością do agresji na jawie, natomiast żadnych, które pozwalałyby na diagnozę agresywnej osobowości na jawie. Tym samym hipotezy *H1–H1.2l*, mówiące o możliwości pomiaru gotowości do agresji na jawie w wyniku analizy treści marzeń sennych nie zostały potwierdzone, ponieważ nie zaobserwowano dodatnich korelacji między agresywnością w marzeniach sennych a odpowiadającymi im rodzajami agresji na jawie.

Oznacza to, że system może trafnie mierzyć to, do pomiaru czego został opracowany, czyli agresywność w marzeniach sennych, lecz nie mierzy trafnie agresywności na jawie. Jedyna korelacja, jaka okazała się istotna, to słaba korelacja ujemna między agresją werbalną w marzeniach sennych i agresją jawną na jawie. Oznacza to, że im większa

skłonność do agresji jawnej na jawie, tym mniejsza agresja werbalna w marzeniach sennych.

Agresja jawna na jawie to widoczne zachowania agresywne, natomiast agresja werbalna w marzeniach sennych, to agresywne zachowanie polegające na rzuceniu poważnego oskarżenia lub werbalnym zagrożeniu wyrządzeniem krzywdy innej postaci. Agresja werbalna jest jednocześnie rodzajem agresji jawnej. Zależność „im większa skłonność do agresji jawnej na jawie, tym mniejsza agresja werbalna w marzeniach sennych" może być interpretowana zgodnie z teorią Hill (2000), w której marzenie senne ma służyć asymilacji nowych doświadczeń z życia na jawie. Osobie przejawiającej agresję jawną nie sprawia trudności asymilowanie tego typu doświadczeń na jawie, dlatego o nich nie śni (Hill, 2000). Interpretując tę zależność w kontekście teorii Revonsuo (2000, 2003), można przyjąć, że osoba jawnie agresywna wyćwiczyła takie zachowania na tyle dobrze na jawie, że nie musi ich „ćwiczyć" we śnie. W przypadku wyjaśnienia odnoszącego się do psychoanalitycznej teorii Freuda (1900/2010) można uznać, że osoba jawnie agresywna nie ma potrzeby „odreagowywania" agresji we śnie, ponieważ dopuszcza się jej na jawie i na odwrót – nie dopuszcza się jej na jawie, więc ma potrzebę odreagowania we śnie. Wspierałoby to psychoanalityczne założenie, że „sen jest spełnieniem pragnień" jako symboliczna, zastępcza forma zaspokojenia popędów. Trzeba by wówczas przyjąć założenie, że śniący miał „pragnienie jawnej agresji", które musiał wypierać. Wniosek ten wydaje się jednak nadużyciem, ponadto w teorii Freuda pragnienie to musiałoby być zamaskowane i nie mogłoby ujawniać się wprost. Podobnie według Junga (1967), marzenia senne służą m.in. kompensacji nierównowagi w psychice śniącego, przez wyrażanie nieświadomych treści, które zostały aktywnie stłumione, zignorowane lub zdewaluowane. Byłby to argument za psychoanalityczną koncepcją agresji w marzeniach sennych, ale nieprzekonujący.

Następnie, aby odpowiedzieć na *pytanie badawcze*, czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie, analizie poddano występowanie w marzeniach sennych następujących form agresji interpersonalnej, wyróżnionych uprzednio na jawie: werbalnej, fizycznej, czynnej, biernej, bezpośredniej, pośredniej, jawnej, ukrytej, niesprowokowanej, odwetowej, wrogiej oraz instrumentalnej. W opisach snów osób badanych zaobserwowano każdą z wyżej wymienionych form

agresji. Najczęstszymi formami agresji w marzeniach sennych okazały się: agresja jawna (np. „ktoś strzelał do mnie"), agresja czynna (np. „próbowałam okraść moją babcię"), agresja bezpośrednia (np. „rzucił we mnie śpiworem") i agresja fizyczna (np. „uderzyła mnie w policzek"). Wszystkie wymienione przykłady treści agresywnych wydają się należeć do jednej kategorii – agresji fizycznej. Jest to podyktowane faktem, że dana treść agresywna z opisu snu należy najczęściej do wielu form agresji, stąd zachowanie agresywne fizycznie będzie jednocześnie należeć do kategorii agresji jawnej, czynnej oraz może należeć do agresji bezpośredniej i innych. Najrzadziej natomiast występowały: agresja pośrednia (np. „wyszłam, trzaskając drzwiami ze złości") i agresja bierna (np. „znajomi postanowili mnie ignorować"). Na jawie dominuje agresja bezpośrednia oraz bierna, najrzadziej natomiast występuje agresja fizyczna, wroga i niesprowokowana. Zaobserwowana więc została pewna zbieżność pomiędzy agresywną treścią snów a agresją na jawie, widoczna w tym, że w treści snów można wyróżnić takie same kategorie agresji co na jawie. Wprawdzie związek ten nie jest wystarczająco silny, żeby było możliwe precyzyjne diagnozowanie agresywnej osobowości, lecz fakt, że wszystkie rodzaje agresji na jawie występują także w marzeniach sennych, może stanowić inspirację do dalszych badań.

Szczególnie duże różnice między jawą a snem dotyczą agresji biernej, pośredniej, jawnej, czynnej oraz fizycznej. Podczas gdy na jawie ludzie mają skłonność do przejawiania bardziej „bezpiecznych" i trudniejszych do wykrycia, czyli biernych i pośrednich form agresji, we śnie słabnie kontrola agresywnych skłonności i pojawiają się w większej ilości jawne i aktywne formy, w tym agresja fizyczna, która jest szczególnie potępiana w życiu społecznym. Wydaje się więc, że we śnie następuje chwilowe zawieszenie norm społecznych dotyczących przejawiania agresji. Cenzura słabnie, a potrzeba aprobaty społecznej przestaje powodować chęć dostosowania się do reguł współżycia społecznego. Taka interpretacja wyników mogłaby stanowić poparcie teorii Freuda (1900/2010, 1920/1997): we śnie normy społeczne przestają obowiązywać, dzięki czemu ujawniają się agresywne popędy i następuje rozhamowanie zachowania. Wówczas trzeba by jednak założyć, że śniący tłumi agresywne popędy, które nie mogą być zaspokojone na jawie, więc zastępczo realizują się w marzeniach sennych, ponadto popędy te musiałyby być zamaskowane i nie mogłyby ujawniać się wprost. Założenia te nie

wydają się wystarczająco uzasadnione. Uzyskane wyniki można również interpretować w kontekście teorii cech, wówczas względnie stały poziom agresywności na jawie może przejawiać się w różnych formach, w zależności od stanu jawy lub snu, pod wpływem nieznanego czynnika pośredniczącego. Kolejna interpretacja odnosi się do teorii Revonsuo (2000), który uznaje za podstawową funkcję marzenia sennego ćwiczenie się w radzeniu sobie z sytuacjami zagrażającymi, w tym z agresją, i dzięki temu skuteczniejszego unikania zagrożeń ze strony środowiska na jawie. Sytuacje odgrywane we śnie mają za zadanie oswoić nas z możliwością zaistnienia podobnych wydarzeń na jawie oraz przygotować na wykonanie adekwatnej reakcji w momencie ich wystąpienia, stąd być może większa ilość jawnych i aktywnych form agresji we śnie, rzadziej występujących na jawie. Alternatywna interpretacja uzyskania jednego z najwyższych wskaźników w ocenie agresji na jawie przez agresję bierną, z uwzględnieniem błędu pomiaru, może być natomiast następująca: osoby badane są oceniane przez bliskich i znajomych, którzy sami mogą wykazywać wysoką agresywność i w związku z tym mają skłonność do tłumaczenia neutralnych zachowań jako agresywnych. Wykazują tym samym własną agresywność, a nie osób badanych. Biorąc pod uwagę niską średnią ocen, mogła wystąpić próba lepszego zaprezentowania osoby badanej jako mniej agresywnej niż jest, a więc efekt podobny do tego, który mógłby wystąpić, gdyby zdecydowano się na wykorzystanie w badaniach samoopisu zachowania. Wszystkie procentowe analizy różnych kategorii agresji pochodziły z obserwacji innych osób, a ten sposób oceny ma swoje słabości, podobnie jak samoopisy zachowania.

Jak wykazały badania własne, nie ma podstaw do wyciągania wniosków o agresywności danej osoby na podstawie jej snów, a więc nie umożliwiają one przewidywania agresywnego zachowania. Na przykład na podstawie śnienia o bójce, nawet regularnego, nie można wnioskować o ogólnej agresywności lub skłonności śniącego do agresji fizycznej na jawie. Jeśli więc agresywne treści we śnie nie świadczą o agresywnej osobowości śniącego, to jaka jest przyczyna pojawiania się ich?

Pomimo ciągłości treści obecnych na jawie i w marzeniach sennych wnioski, jakie możemy wyciągnąć z badań, dotyczą raczej przekonań o sobie i świecie, obaw, uczuć, frustracji, wartości, potrzeb, zainteresowań i doświadczeń związanych z agresją w realnym życiu oraz aktualnych konfliktów niż agresywności na jawie. Osoby badane chętnie

dzieliły się swoim doświadczeniem, dzięki czemu szczegółowe informacje dodatkowe były źródłem nie tylko wyjaśnień na temat marzeń sennych i pojawiających się w nich elementów, ale również przekonań, emocji, motywacji, obaw, lęków, pragnień, stylu życia, a nawet stosowanej diety. Jest to cenny materiał wnoszący wiele do zrozumienia problemów osób poddawanych badaniu.

Wyniki badań własnych wskazują na to, że prawdopodobnie istnieje związek między agresywnymi treściami marzeń sennych a doświadczeniem z jawy, co stanowi alternatywne wyjaśnienie występowania treści agresywnych w marzeniach sennych. Badani często donosili w informacjach dodatkowych o agresywnych wydarzeniach poprzedzających sen, tłumacząc nimi agresywne sytuacje w marzeniach sennych. Bardzo często we śnie miały swoje odbicie filmy z elementami przemocy fizycznej i psychicznej, oglądane przez badanych przed snem lub wcześniej, oraz gry komputerowe z elementami przemocy, w które badani grali przed snem. Inkorporacje stresujących elementów filmowych do marzeń sennych zostały ujawnione we wcześniejszych badaniach (np. De Koninck i Koulack, 1975), podobnych wyników dostarczają również badania dotyczące wpływu gier komputerowych na marzenia senne (np. Van den Bulck, 2004). Częstym motywem w badaniach własnych były również awantury we śnie z osobami bliskimi i znajomymi pod wpływem wcześniejszej kłótni, rozmowy z nimi lub o nich, braku porozumienia lub zupełnego braku komunikacji na jawie. Równie często objawiała się we śnie antypatia oraz różnego rodzaju negatywne emocje w stosunku do osób, które nie są darzone sympatią na jawie, oraz ze strony postaci we śnie w stosunku do badanego, który doświadczył od nich złego traktowania na jawie. Inne rodzaje tłumaczeń agresji w snach były zdecydowanie rzadsze.

W badaniach zweryfikowano, czy istnieje różnica pomiędzy wynikami agresywności w marzeniach sennych oraz gotowości do agresji na jawie u osób tłumaczących występowanie agresji w marzeniach sennych poprzedzającymi wydarzeniami na jawie oraz osób niepodających podobnych wyjaśnień. Wykazano, że osoby donoszące o wcześniejszych agresywnych wydarzeniach na jawie uzyskują istotnie wyższe wyniki agresywności w marzeniach sennych niż osoby, które o takich wydarzeniach nie informowały. Podobny efekt zaobserwowano odnośnie do agresywności na jawie: osoby deklarujące wcześniejsze agresywne

wydarzenia na jawie charakteryzują się istotnie wyższą Agresywną wrogością niż osoby, które o takich wydarzeniach nie donosiły. Byłby to argument za wnioskowaniem o wpływie doświadczenia na agresywne treści marzeń sennych, zgodny z wynikami dotychczasowych badań. Wykazano w nich, że osoby agresywne częściej doświadczają agresji na jawie, uczestnicząc w niej jako sprawcy i ofiary (Bandura i Walters, 1968; Krahé, 2006; Obuchowska, 1989), a więc częściej znajdują się w agresywnych sytuacjach, co następnie powinno odbijać się w snach. Wyniki te należy jednak traktować z dużą ostrożnością, ponieważ komentarze badanych były udzielane spontanicznie, a więc nieznane są potencjalne odpowiedzi pozostałych osób. W celu weryfikacji, konieczne byłoby przeprowadzenie kolejnego badania, w którym osoby badane byłyby pytane wprost o agresywne wydarzenia na jawie, poprzedzające agresję w marzeniach sennych. Wyniki te można więc uznać za ważną wskazówkę dotyczącą kierunku dalszych badań.

Zgodnie z wynikami dotychczas przeprowadzonych badań, treść snów wiąże się zazwyczaj z niedawnymi przeżyciami (wypadkami minionego dnia lub ubiegłego tygodnia), a także z wydarzeniami z odległej przeszłości (Blagrove, 2007; Bulkeley, 2020). Podobną zależność można stwierdzić w badaniach własnych, w których badani najczęściej tłumaczyli agresywną treść swoich snów konkretnymi wydarzeniami w ich życiu. Może to być również spowodowane sposobem badania: Bernstein i Belicki (1995–1996) sugerują, że dzienniki snów mogą odzwierciedlać obawy związane z dniem poprzednim, podczas gdy kwestionariusze pozyskujące treści retrospektywnie – stałe skłonności. Podobnie konkluduje Domhoff (1996), analizując badania dotyczące związku pomiędzy treścią snów i osobowością. Pomimo tego, że przywołuje pewne zależności, takie jak pojawianie się w snach osób wrogich na jawie tematów związanych z napięciem, to jednak podkreśla, że badania zwykle są przeprowadzane na małych próbach, brakuje w nich wzmianki o wielkości efektu, a także nie prowadzi się badań replikacyjnych. Przede wszystkim jednak w badaniach jest tak wiele zmiennych dotyczących jawy i snu, że występują wielokrotne porównania, niosące ze sobą ryzyko wzrostu błędu pierwszego rodzaju (zbyt częstego wskazywania na istnienie różnic, które w rzeczywistości nie występują). Autor stwierdza nawet, że treść snów może nie dotyczyć osobowości w zwykłym znaczeniu tego terminu, ale może za to dostarczyć nam innych informacji o ludziach niż testy

osobowości, ponieważ treść marzenia sennego ujawnia przekonania i obawy śniącego. Natomiast Gordon (1953) posunął się do stwierdzenia, że to nie badania treści marzeń sennych są obarczone błędem i dają niewiarygodne wyniki, ale testy osobowości przeprowadzane na jawie. Analiza treści marzeń sennych jest dla autora bardziej adekwatną miarą, ponieważ unika autocenzury i przedstawiania siebie w lepszym świetle, z czego wynikają generalnie niskie korelacje między wynikami uzyskiwanymi dzięki obu tym narzędziom. W związku z tą interpretacją, zasadne byłoby przeprowadzenie badań treści marzeń sennych oraz kwestionariuszowych w grupie osób agresywnych, np. wśród zgłaszających się z problemem agresji do poradni psychologicznych.

Według Cohena (1979), na podstawie cechy możemy przewidywać treść marzeń sennych jedynie wtedy, gdy jest ona istotna dla pełnej osobowości danej osoby. Inną możliwością jest zwiększony wpływ na treść snów czynników związanych ze stanem, a nie z cechą, np. Schredl i Jacob (1998) kładą nacisk raczej na czynniki sytuacyjne niż osobowościowe, wyjaśniając stosunek liczby postaci w marzeniach sennych kobiet i mężczyzn.

Za wsparcie dla interpretacji związanej z agresywnym doświadczeniem z jawy, znajdującym wyraz w marzeniach sennych, mogłoby zostać uznane współczesne podejście psychoanalityczne. Współcześni psychoanalitycy uznają, że jawna treść marzenia sennego stanowi bezpośrednie odzwierciedlenie życia na jawie, nie twierdzą jednak, że sny przedstawiają w zniekształconej formie ukryte impulsy, wpisując się tym samym w powszechną krytykę tego przekonania. Zgadzają się również co do tego, że marzenia senne ukazują wydarzenia z życia na jawie, konflikty oraz dokonywane za dnia próby rozwiązywania problemów. W marzeniach sennych przejawiają się czasem agresywne uczucia, które zostały wywołane w ciągu dnia, ale nie zostały rozładowane, co służy tymczasowemu odzyskaniu równowagi psychicznej. Według psychoanalityków, chociaż treść marzenia sennego może być stymulowana przez aktualne problemy, wynikają one jednak z osobowości śniącego (Hill, 2000).

Alternatywną interpretację przyczyn pojawiania się treści agresywnych w marzeniach sennych proponuje autor (ewolucyjnej i funkcjonalnej) teorii symulacji zagrożenia (*the Threat-Simulation Theory*, TST) opisanej w podrozdziale 2.2 Revonsuo (2000) uznaje za podstawową

funkcję marzenia sennego ćwiczenie się w radzeniu sobie z sytuacjami zagrażającymi (takimi, w których śniącemu grozi jakieś niebezpieczeństwo), w tym z agresją. Marzenie senne jest definiowane jako system symulacji zagrożenia, inaczej mówiąc, chodzi orodzaj próby przygotowującej do skuteczniejszego unikania zagrożeń ze strony środowiska. Sytuacje odgrywane we śnie mają za zadanie oswoić nas z możliwością zaistnienia niebezpiecznych i zagrażających wydarzeń na jawie oraz przygotować na wykonanie adekwatnej reakcji w momencie ich wystąpienia. Symulacje zagrożeń, produkowane przez aktywny system, są percepcyjnie i behawioralnie realistycznymi ćwiczeniami dostrzegania i unikania zagrożeń, prowadzącymi do zwiększonej wydajności w odpowiadających im rzeczywistych sytuacjach. Mechanizm ten działa w następujący sposób: powtarzające się, realistyczne symulacje zagrożeń doprowadzają do poprawy percepcji zagrożeń i umiejętności ich unikania; aktualne zagrożenia aktywują system, a wówczas śniący powinien racjonalnie i efektywnie reagować na te poważne i realne, chociaż wydarzające się we śnie, zagrożenia. Reakcje te mogą pozwolić mu na przeżycie, przez ucieczkę lub agresję obronną. Takie rozumienie marzeń sennych ma uzasadnienie ewolucyjne: zagrożenia we śnie, ciągle powtarzane w różnych konfiguracjach i formach, miały uchronić naszych przodków przed bezradnością w obliczu realnego niebezpieczeństwa (Revonsuo i Valli, 2000). Śnienie stwarza więc przewagę adaptacyjną, umożliwiając symulację i próbę unikania niepożądanych zachowań (Revonsuo, 2000).

Z perspektywy badań własnych istotne jest przede wszystkim to, że teoria symulacji zagrożenia tłumaczy występowanie we śnie tylko pewnych rodzajów agresji, pomijając inne. Jak wynika z powyższego opisu, uwzględnia występowanie w roli ofiary i agresywne zachowania obronne, które można określić jako agresję jawną, fizyczną, czynną, bezpośrednią, odwetową i instrumentalną. Nie tłumaczy natomiast występowania śniącego w roli agresora, szczególnie stosującego zachowania agresywne ukryte, werbalne, bierne, pośrednie, niesprowokowane i wrogie, a także w roli obserwatora agresji oraz aktów autoagresji. Jest to tym bardziej istotne, że większość agresywnych zachowań we śnie dotyczy postaci będącej agresorem lub ofiarą (Domhoff, 1996). Teoria ta nie tłumaczy również występowania w marzeniach sennych fikcyjnych zagrożeń pochodzących z jawy, związanych z oglądaniem filmu lub

graniem w grę komputerową z elementami przemocy. Ćwiczenie we śnie obrony przed demonem lub inną fikcyjną postacią, której atak na ekranie nie wiąże się z realnym niebezpieczeństwem, mija się z celem.

Częstość pojawiania się myśli, emocji i zachowań agresywnych w marzeniach sennych świadczy raczej o agresywności naszego środowiska niż nas samych. Choć możemy mówić o kontynuacji treści z jawy w marzeniach sennych i na odwrót, to wyniki badań własnych nie pozwalają na stwierdzenie, że podobna kontynuacja zachodzi pomiędzy zachowaniem agresywnym we śnie i na jawie, a na podstawie agresji występującej we śnie nie pozwalają wnioskować o agresywnej osobowości na jawie. Wyniki badań własnych przeczą tym samym przekonaniu Halla (1953, 1991), że sny są ucieleśnieniem całej osobowości człowieka, ponieważ nie mogą być źródłem informacji o tak ważnym elemencie osobowości śniącego, jakim jest agresywność, ani skutecznym narzędziem do jej badania. Wpisują się tym samym częściowo w serię badań wykazujących brak związku pomiędzy osobowością na jawie a treścią snów (m.in. Howarth, 1962; Volpe i Levin, 1998; Woods, Ceol i Ferrandez, 1977). Nadal jednak mogą być, zgodnie z koncepcją Halla, wyrazem zmagania się z wewnętrznymi konfliktami, których dana osoba doświadcza.

Zależność między cechami osobowości a agresywnością w marzeniach sennych

Następnie, aby odpowiedzieć na *pytania badawcze* o zależności między cechami osobowości NEOUS a agresywnością w marzeniach sennych, analizie poddano związki między cechami osobowości z PTO a agresywnością w marzeniach sennych. Odnotowano dwie istotne statystycznie zależności. Pierwsza miała charakter dodatni – był to słaby związek między Neurotycznością a agresją werbalną w marzeniach sennych. Drugi związek stwierdzono między Ugodowością a agresją werbalną w marzeniach sennych. Był to słaby związek o charakterze ujemnym. Oznacza to, że im bardziej osoba jest neurotyczna, tym większą agresję werbalną przejawia w marzeniach sennych, natomiast im bardziej jest ugodowa – tym mniejszą. Charakter tej zależności jest zgodny z wynikami dotychczasowych badań dotyczących osobowości i agresji na jawie, w których wykazano, że dwa czynniki, wysoka Neurotyczność i niska Ugodowość, mają szczególne znaczenie dla zrozumienia agresywnego

zachowania (m.in. Barnes i in., 1991; Bettencourt i in., 2006; Buss, 1991; Caprara i in., 1996; Caprara i in., 1994; Costa i McCrae, 1988; Edmunds, 1977; Frączek i Ciarkowska, 1974; Hines i Saudino, 2008; Miller i in., 2003; Robins i in., 2002; Sommer i in., 1992).

Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Neurotyczności z *NEO-PI-R* prezentowały się następująco: wszystkie związki, jakie zaobserwowano, miały charakter dodatni. Stwierdzono dodatnie, słabe związki między Lękiem a agresją werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych. Oznacza to, że im bardziej osoba jest lękowa, tym większą przejawia agresję werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych. Związek z werbalnym rodzajem agresji jest trudny do wytłumaczenia, natomiast agresja niesprowokowana (spontaniczne zachowania agresywne, niesprowokowane przez inną osobę), która może być powodowana złością lub gniewem, może pełnić podobną rolę co agresja wroga w marzeniach sennych (związek Depresyjności z agresją wrogą oraz gniewem zostanie opisany w następnym akapicie). Odwołanie się do gniewu nie jest jednak oczywiste. Alternatywne wytłumaczenie tego związku jest następujące: u osoby lękowej jest więcej agresji niesprowokowanej w snach, bo być może obserwuje więcej takich zachowań u innych lub doświadcza z ich strony.

Okazało się również, że Depresyjność korelowała dodatnio w stopniu umiarkowanym z agresją niesprowokowaną i wrogą w marzeniach sennych. Oznacza to, że im bardziej depresyjna jest osoba, tym większą przejawia skłonność do agresji niesprowokowanej w marzeniach sennych oraz agresji wrogiej (związanej z gniewem) we śnie. Depresyjność jest definiowana przez McCrae i Costę (2005; Siuta, 2006) jako skłonność do doświadczania poczucia winy, bezwartościowości, beznadziejności i samotności, łatwego zniechęcania się i odczuwania przygnębienia. Wynik ten wskazuje, że chociaż występowanie agresji w marzeniach sennych raczej nie świadczy o agresywności na jawie, to może świadczyć o depresyjności danej osoby. Potwierdza to założenie Junga o przejawianiu się depresji (gniewu skierowanego na siebie) w postaci agresji we śnie, potwierdzony został również kierunek agresji – wykazano związek Depresyjności z byciem ofiarą we śnie. Wniosek ten ma implikacje praktyczne: badanie marzeń sennych może być dodatkowym narzędziem przydatnym w diagnozie skłonności do depresji, szczególnie u kobiet,

ponieważ jak wykazały metaanalizy dotyczące różnic między płciami, na jawie kobiety są bardziej narażone na depresję niż mężczyźni (Schredl, Sahin i Schäfer, 1998).

Następnie obliczono zależności między składowymi agresywności w marzeniach sennych a składnikami Ekstrawertyczności z *NEO-PI-R*. Odnotowano dwa istotne statystycznie związki. Pierwszy miał charakter ujemny – był to słaby związek między Serdecznością a agresją fizyczną w marzeniach sennych. Oznacza to, że im bardziej osoba jest serdeczna, tym mniejszą agresję fizyczną przejawia w marzeniach sennych. Serdeczność to składnik Ekstrawertyczności najbardziej związany z bliskością kontaktów z innymi ludźmi. Ta cecha interpersonalna wiąże się ściśle z uczuciowością i przyjaznym podejściem do innych. Osoby serdeczne szczerze lubią innych ludzi, łatwo wchodzą z nimi w bliskie kontakty i równie łatwo się przywiązują (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). Zależność ta wydaje się więc oczywista: wysoka Serdeczność wiąże się z niską agresją fizyczną, ze względu na brak wrogiego nastawienia do innych ludzi, które mogłoby się w taki sposób przejawiać. W tym przypadku agresja jest wyrażana we śnie zgodnie ze skłonnościami na jawie.

Drugi związek stwierdzono między Poszukiwaniem doznań a agresją werbalną w marzeniach sennych. Był to słaby związek o charakterze dodatnim. Oznacza to, że im bardziej osoba poszukuje doznań, tym większą agresję werbalną przejawia w marzeniach sennych. Poszukiwanie doznań polega na skłonności do ryzyka, poszukiwaniu stymulacji oraz prowadzeniu aktywnego i ekscytującego życia (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). Zależność tę można interpretować w następujący sposób: wysoka potrzeba doznań, jako cecha temperamentalna według McCrae i Costy (2005), przejawia się w wielu formach zachowania, więc zazwyczaj ujawnia się niezależnie od jego treści. Dlatego u osób aktywnie poszukujących doznań, zarówno zachowania przyjacielskie, jak i wrogie, mogą być równie ekspresyjnie wyrażane. Związek agresywności z Ekstrawertycznością na jawie jest niejednoznaczny, ale większość badań przemawia za istnieniem między nimi korelacji pozytywnej (np. Buss, 1991; Costa i McCrae, 1992; Edmunds, 1977; Hines i Saudino, 2008; Robins i in. 2002; Siuta, 2006). Natomiast z perspektywy psychoanalitycznej osoba poszukująca doznań na jawie przejawia podobną aktywność we śnie, a ze względu na zniesienie norm społecznych w marzeniach sennych

ujawniają się agresywne popędy i śniący może bez przeszkód oddawać się aktywności agresywnej. Agresja we śnie może być równie stymulująca, ekscytująca i ryzykowna co na jawie, a nawet może stanowić silniejsze doznanie ze względu na brak ograniczeń. Można również wskazać alternatywną interpretację – hipotetycznie jeśli potrzeba doznań nie jest w wystarczającym stopniu realizowana na jawie, znajduje zaspokojenie w aktywności wyobrażeniowej w formie agresji werbalnej. Jak już jednak wspomniano, przypisywanie śniącemu agresywnych popędów, które ponadto nie mogą być zaspokojone na jawie, więc zastępczo realizują się w marzeniach sennych, nie wydaje się wystarczająco uzasadnione.

W przypadku Otwartości na doświadczenie z *NEO-PI-R* jedyną zaobserwowaną zależnością była słaba, dodatnia korelacja między agresją fizyczną w marzeniach sennych i Działaniami. Oznacza to, że im bardziej otwarta na działania jest osoba, tym większą przejawia agresję fizyczną w marzeniach sennych. Otwartość na działania to preferowanie nowości i zmienności oraz elastyczność, a także liberalny stosunek do wartości (Siuta, 2006). Ze względu na zahamowane we śnie normy społeczne oraz krytyczne myślenie dla śniącego może nie być istotna treść działania (w tym przypadku agresywna), ale sam fakt dziania się, które preferuje.

Składniki Ugodowości z *NEO-PI-R* korelowały ze składowymi agresywności w marzeniach sennych. Odnotowano kilka istotnych statystycznie zależności. Większość z nich miała słabą siłę: między agresją werbalną w marzeniach sennych (A2) oraz agresją niesprowokowaną w marzeniach sennych (a13) i Skromnością (U5) oraz agresją pośrednią (a12) i Skłonnością do rozczulania się (U6) – korelacja dodatnia; między agresją werbalną w marzeniach sennych (A3) i Zaufaniem (U1) oraz Ustępliwością (U4), a także agresją niesprowokowaną w marzeniach sennych (a13) i Zaufaniem (U1) – korelacja ujemna. Oznacza to, że im bardziej skromna jest osoba, tym większą przejawia agresję werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych, a im większą ma skłonność do rozczulania się, tym większą przejawia agresję pośrednią w marzeniach sennych. Natomiast im bardziej dana osoba jest ustępliwa, tym mniejszą przejawia agresję werbalną w marzeniach sennych, a im większym zaufaniem darzy inne osoby, tym mniejszą przejawia agresję werbalną i niesprowokowaną w marzeniach sennych.

Zaufanie oznacza brak podejrzliwości wyrażający się w przekonaniu, że innymi osobami kierują dobre intencje oraz szczerość w kontaktach.

Ustępliwość dotyczy reakcji na konflikty interpersonalne, polegającej na hamowaniu agresji, przebaczaniu i zapominaniu. Osoby o niskich wynikach są agresywne, wolą raczej konkurować niż współpracować i nie hamują gniewu. Skromność to pokora w ocenie własnej osoby, swoich zdolności i znaczenia. Osoba skromna unika rozgłosu, nie ma tendencji do chwalenia się i nie uważa siebie za kogoś nadzwyczajnego, co jest przeciwieństwem narcystycznej samooceny. Skłonność do rozczulania się to postawa współczucia i zainteresowania innymi ludźmi, objawiająca się dbaniem o potrzeby innych (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). O ile interpretacja wyników w przypadku Zaufania i Ustępliwości wydaje się oczywista, o tyle w przypadku Skromności i Skłonności do rozczulania się nastręcza pewnych trudności. Można się tu odwołać do pojęcia sublimacji: prawdopodobnie osoba skromna i współczująca, niezachowująca się agresywnie na jawie ze względu na normę społeczną, realizuje te zachowania w szerokim zakresie w marzeniach sennych. Być może jednak wpływ na powyższy wynik ma inna zmienna pośrednicząca.

Kolejne istotne zależności, jakie zaobserwowano, to ujemna korelacja o średniej sile Prostolinijności i agresji werbalnej w marzeniach sennych oraz Zaufania i agresji fizycznej w marzeniach sennych, a także dodatnia korelacja o średniej sile między Altruizmem i agresją odwetową w marzeniach sennych. Oznacza to, że im mniej prostolinijna jest dana osoba, tym bardziej skłonna do agresji werbalnej we śnie, im mniej ufa innym, tym bardziej jest agresywna fizycznie we śnie, a im bardziej jest altruistyczna, tym większą przejawia agresję odwetową w marzeniach sennych. Związek Zaufania z agresją został opisany powyżej. Natomiast Prostolinijność wiąże się z otwartością, szczerością i prostodusznością. Osoby o niskich wynikach mają większą skłonność do manipulowania ludźmi przez pochlebstwa, przebiegłość i oszukiwanie (Siuta, 2006), co można łączyć ze skłonnością do agresji werbalnej. Ponadto w wielu badaniach wykazano, że niska Ugodowość oraz jej składniki są silnie związane z agresywnością na jawie (np. Bettencourt i in., 2006; Buss, 1991; Caprara i in., 1996; Caprara i in., 1994; Costa i McCrae, 1988, 1992; Hines i Saudino, 2008; Miller i in., 2003; Siuta, 2006). Można więc przyjąć, że agresja werbalna w marzeniach sennych wiąże się pośrednio, poprzez związek z niską Prostolinijnością, z agresywnością na jawie. Wynik ten wydaje się uzasadniony, biorąc pod uwagę, że osobami badanymi były kobiety, dla których agresja werbalna jest charakterystycznym rodzajem

agresji (jednym z najczęstszych rodzajów agresji przejawianej przez kobiety). Szczególnie istotne wydaje się przeprowadzenie badań na populacji męskiej, która nie była reprezentowana w badaniach własnych.

Altruizm natomiast to bezinteresowność i troska o innych. Osoba altruistyczna pragnie nieść pomoc innym, nie czerpiąc z tego korzyści, przejawia żywe zainteresowanie ich sprawami, troszczy się o nich i jest hojna, doświadczając pozytywnych emocji wobec innych ludzi. Jeśli tylko może, rezygnuje ze swoich celów, aby pomóc innym (McCrae i Costa, 2005; Siuta, 2006). W pozytywnej korelacji Altruizmu z agresją odwetową w marzeniach sennych można dopatrywać się związku z sublimacją: być może altruiści w zbyt wysokim stopniu poświęcają się innym ludziom, co powoduje zaniedbywanie własnych potrzeb i może rodzić frustrację. Negatywne emocje złości lub gniewu, z powodu rezygnacji z siebie, nie zostają skierowane bezpośrednio na inne osoby w akcie agresji odwetowej na jawie, ale przeniesione do bezpiecznej przestrzeni snu. Tłumacząc tę zależność w kontekście czynników sytuacyjnych poprzedzających marzenie senne, można uznać, że osoby altruistyczne zapamiętują lub rozpoznają więcej treści dotyczących agresji odwetowej w swoich snach, bo być może w taki sposób spostrzegają rzeczywistość, widząc w niej więcej zagrożeń niż inni. Może właśnie takiego rodzaju agresji doświadczają lub obserwują u innych, gdyż są na nią wyczulone.

W przypadku korelacji składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Sumienności z *NEO-PI-R* nie stwierdzono żadnych istotnych statystycznie zależności.

Z wyżej przytoczonych zależności wyłania się obraz osoby agresywnej w marzeniach sennych jako: nieprzystosowanej i emocjonalnie niezrównoważonej, mającej tendencję do odczuwania emocji negatywnych, nerwowej, o słabej kontroli impulsów, lękliwej, depresyjnej, konfliktowej, egocentrycznej, podejrzliwej, rywalizującej, mającej tendencję do manipulowania innymi przez pochlebstwa, przebiegłość i oszukiwanie, cynicznej i sceptycznej, nieustępliwej, gniewnej, niedarzącej innych sympatią, aktywnie poszukującej doznań i stymulacji, chętnie podejmującej różne działania, ale paradoksalnie również skromnej (unikającej rozgłosu), skłonnej do rozczulania się (współczującej i zainteresowanej innymi) oraz altruistycznej (gotowej do pomagania innym).

Powyższy opis pokrywa się w większości z profilem osobowości osoby agresywnej na jawie, wyłaniającym się z dotychczasowych badań

(np. Barnes i in., 1991; Baron i Richardson, 1994; Bettencourt i in., 2006; Buss, 1961, 1991; Caprara i in., 1996; Caprara i in., 1994; Costa i McCrae, 1988, 1992; Edmunds, 1977; Frączek i Ciarkowska, 1974; Hines i Saudino, 2008; James, 1998; James i McIntyre, 2000; Miller i in., 2003; Robins i in., 2002; Siuta, 2006; Sommer i in., 1992), chociaż jest niekiedy sprzeczny z nim (np. osoba agresywna w marzeniach sennych jest gotowa do pomagania innym, natomiast agresywna na jawie – skoncentrowana na sobie i niezainteresowana sprawami innych osób) oraz wewnętrznie (np. osoba agresywna w marzeniach sennych jest jednocześnie skromna, skłonna do rozczulania się i altruistyczna, a także egocentryczna). Należy jednak zaznaczyć, że nie ma podstaw, aby sądzić, że u danej osoby muszą występować wszystkie zbadane cechy w takim układzie, na jaki wskazują korelacje uzyskane dla całej grupy. Uzyskany w badaniu zestaw cech, wchodzących w związki z agresywnością w marzeniach sennych, należy traktować jako materiał wyjściowy do dalszych szczegółowych badań.

Osoba agresywna na jawie cechuje się wysoką Neurotycznością, wysoką Agresywną wrogością, niską Ugodowością, wysoką Ekstrawertycznością, niską Serdecznością i wysoką Sumiennością, a więc jest nieprzystosowana i emocjonalnie niezrównoważona, ma tendencję do odczuwania emocji negatywnych, charakteryzuje się nerwowowością, słabą kontrolą impulsów i nie radzi sobie ze stresem, bywa agresywnie wroga, gniewna, konfliktowa, egocentryczna, podejrzliwa, rywalizująca, ma skłonność do manipulowania innymi przez pochlebstwa, przebiegłość i oszukiwanie, jest cyniczna i sceptyczna, skoncentrowana na sobie i niezainteresowana sprawami innych osób, nieustępliwa, gniewna, zarozumiała i arogancka, wyrachowana i nieskłonna do współczucia, aktywna, o wysokim poziomie energii, zaangażowana w kontakty interpersonalne, z tendencją do dominacji, zachowująca się z dystansem, chłodno i nieprzyjaźnie wobec innych, pracowita, obowiązkowa, zdyscyplinowana i ambitna.

Osoba nieagresywna w marzeniach sennych jest w związku z tym przystosowana i stabilna emocjonalnie, spokojna, zrównoważona, zrelaksowana, radząca sobie ze stresem, bez skłonności do doświadczania poczucia winy, beznadziejności i samotności, ufająca innym, otwarta, szczera i prostoduszna, ustępliwa, hamująca gniew, skłonna do przebaczania, zapominania i współpracy, altruistyczna, życzliwa, skłonna do pomagania innym i serdeczna, a równocześnie egocentryczna,

nieskromna, zarozumiała i arogancka, chłodna i wyrachowana, unikająca wielu doznań i nielubiąca zmian.

Natomiast osoba nieagresywna na jawie jest przystosowana i stabilna emocjonalnie, spokojna, zrów-noważona, zrelaksowana, nie przejawia tendencji do odczuwania emocji negatywnych, radzi sobie ze stresem, nie jest nastawiona wrogo ani agresywnie do innych, nieskłonna do gniewu, altruistyczna, życzliwa, skłonna do pomagania innym i współpracy, introwertyczna, o niższym poziomie energii i zaangażowania w kontakty interpersonalne, serdeczna, uczuciowa i przyjazna, ale także nierzetelna, leniwa, nieuważna, nieobowiązkowa, niezdyscyplinowana, nastawiona hedonistycznie i mało ambitna.

Ponadto stwierdzono kilka istotnych statystycznie zależności pomiędzy rolą odgrywaną we śnie a osobowością na jawie. Były to dodatnie, słabe korelacje pomiędzy Neurotycznością (N), Lękiem (N1) i Nadmiernym samokrytycyzmem (N4) a przyjmowaniem roli ofiary w marzeniach sennych; dodatnia, słaba korelacja pomiędzy Dążeniem do osiągnięć (S4) i przyjmowaniem roli autoagresora w marzeniach sennych oraz umiarkowane, dodatnie korelacje pomiędzy Depresyjnością (N3) i Skromnością (U5) a przyjmowaniem roli ofiary w marzeniach sennych. Oznacza to, że im bardziej osoba jest neurotyczna, lękliwa, nadmiernie krytyczna wobec siebie, depresyjna i skromna, tym częściej pełni rolę ofiary we śnie. Natomiast im silniej osoba dąży do osiągnięcia sukcesu, tym częściej przyjmuje we śnie rolę autoagresora.

Związek Neurotyczności, w tym Lęku, Nadmiernego samokrytycyzmu i Depresyjności, z rolą ofiary został wykazany w wielu wcześniejszych badaniach (np. Holland i Roisman, 2008; Mazur i in., 2017). Cechy te opierają się na skłonności do odczuwania emocji negatywnych, takich jak niepokój, lęk przed niepowodzeniem, wstyd, poczucie bycia gorszym od innych, smutek, poczucie beznadziejności, osamotnienia, winy i niskie poczucie własnej wartości. Wiążą się także z brakiem poczucia bezpieczeństwa, nadmierną samokrytyką, obniżoną umiejętnością radzenia sobie ze stresem i słabą kontrolą impulsów, które na jawie predysponują do stania się ofiarą agresji (McCrae i Costa, 2005).

Przyjmowanie we śnie roli ofiary przez osoby skromne nie jest równie oczywiste. Skromność to składnik Ugodowości związany z pokorą w ocenie własnej osoby, unikaniem rozgłosu, niechwaleniem się i nieuważaniem siebie za kogoś nadzwyczajnego. Ponadto we wcześniejszych

badaniach wykazano, że Ugodowość pełni rolę czynnika chroniącego przed agresją na jawie (np. Mazur i in., 2017), ale we śnie ta zależność jest odwrotna. Podobnie jak w przypadku zależności pomiędzy Skromnością i różnymi formami agresji w marzeniach sennych, można się tu odwołać do pojęcia sublimacji: osoba skromna, stawiająca innych ponad siebie, umniejszająca swoje znaczenie i osiągnięcia, prawdopodobnie nie docenia siebie i zaniedbuje własne potrzeby, co może rodzić frustrację i złość lub gniew w stosunku do siebie. Negatywne emocje zostają przeniesione do przestrzeni snu i zmaterializowane na zasadzie projekcji, w postaci ataków ze strony innych osób, skierowanych wobec osoby skromnej. Osoba taka może również być postrzegana jako słaba, szczególnie przez poszukujących ofiary agresorów. Może przez to częściej doświadczać agresji na jawie niż osoby zarozumiałe i aroganckie, będące przeciwieństwem osoby skromnej, co znajduje swoje odbicie w przestrzeni snu.

Również Sumienność korelowała ujemnie z pełnieniem roli ofiary we wcześniejszych badaniach (np. Mazur i in., 2017). Wysokie wyniki w jej składniku – Dążeniu do osiągnięć – charakteryzują osoby o dużych aspiracjach, pracowite, wytrwałe, pilne i stanowcze, mające jasno określone cele i w sposób systematyczny dążące do ich osiągnięcia. Osoby o bardzo wysokich wynikach mogą poświęcać zbyt wiele czasu swojej karierze i stać się pracoholikami (Siuta, 2006). Dodatnią korelację Dążenia do osiągnięć z autoagresją w snach można tłumaczyć tym, że wysokie wyniki w tej cesze wiążą się z doświadczaniem na jawie irytacji i frustracji. Może to prowadzić do agresji, w tym skierowanej ku sobie, a następnie przeniesionej do marzeń sennych. Nadmiernie wysokie wymagania wobec siebie, związane ze skłonnością do perfekcji i ambicją, można również traktować wprost jako wyraz autoagresji, która, przeniesiona do przestrzeni snu, przejawia się w podobnej formie.

Podczas interpretacji uzyskanych wyników napotkano na duże trudności. Jak można zauważyć, wyniki wskazują tylko na jedną, odwrotną zależność między treścią marzeń sennych a zachowaniem agresywnym na jawie: im większy jest poziom agresji jawnej na jawie, tym mniejszy agresji werbalnej w marzeniach sennych, polegającej na rzuceniu poważnego oskarżenia lub werbalnym zagrożeniu wyrządzeniem krzywdy innej postaci. Podobnie jest w przypadku zależności między cechami osobowości a agresją we śnie: dana cecha może korelować

ujemnie z agresją na jawie, jednocześnie korelując dodatnio z agresją w marzeniach sennych, tak jak ma to miejsce w przypadku Altruizmu, Skromności i Skłonności do rozczulania się (składników Ugodowości). W dotychczas przeprowadzonych badaniach osoby agresywne uzyskiwały niskie wyniki w czynniku Ugodowość oraz w jego wszystkich sześciu składnikach (Bettencourt i in., 2006; Buss, 1991; Caprara i in., 1996; Caprara i in., 1994; Costa i McCrae, 1988, 1992; Hines i Saudino, 2008; Miller i in., 2003; Siuta, 2006). Można zatem przypuszczać, że istnieją zmienne pośredniczące, nieujęte w tym badaniu, mogące mieć wpływ na wyniki. Być może jednak nie istnieje żaden spójny wzorzec i marzenia senne są mniej sensowne i znaczące, niż zakładano. Kwestia ta z pewnością wymaga dalszych badań.

Ogólnie w przypadku osobowości i agresji w marzeniach sennych nie można dostrzec prostego wzoru: raz osobowość jest odzwierciedlana w snach podobnie jak na jawie, innym razem występuje zupełnie odwrotna zależność, przy czym tych zależności jest niewiele, są one w większości słabe i nie w pełni zgodne co do formy agresji. Wyniki pokazują, że na podstawie agresywnych snów i odgrywanej w nich roli nie można wnioskować o osobowości agresywnej, pomimo dość częstego występowania tego rodzaju treści w marzeniach sennych. Równocześnie niektóre rodzaje agresji we śnie mają związek z cechami osobowości PTO, a więc można wnioskować (w ograniczonym zakresie) o osobowości na podstawie snów, ale nie o agresywności. Wyniki badań potwierdzają wyjątkowość cechy, jaką jest agresywność: jej złożoność, jak również odnotowywaną przez wielu autorów trudność w badaniu. Pozostawiają również szerokie pole do dalszych badań.

Autorski *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*, choć nie pozwala diagnozować osobowości agresywnej, okazał się jednak, po pierwsze, rzetelną metodą pomiaru treści agresywnych w marzeniach sennych, a po drugie, bardzo użyteczną metodą pozwalającą na uzyskanie obszernych danych i przeprowadzenie szczegółowych analiz dotyczących agresywnych treści w marzeniach sennych. Oznacza to, że system może nie mierzyć trafnie agresywności na jawie, a jednocześnie trafnie mierzyć to, do pomiaru czego został opracowany, czyli poziom agresji w marzeniach sennych, dlatego nie można go wykorzystać do badania agresywności na jawie, ale może on być przydatny w innych celach.

3.4 Ograniczenia badań własnych

W niniejszych badaniach nie udało się uniknąć problemu reprezentatywności grupy, związanego z wyjątkowo małym zainteresowaniem ze strony mężczyzn. Do udziału w badaniach zgłosiła się znikoma ich liczba. Wśród badanych osób zdecydowaną większość stanowiły kobiety, które chętnie uczestniczyły w badaniu, można więc przyjąć, że opisywanie marzeń sennych za pomocą dziennika snów to metoda odpowiednia szczególnie do badania kobiet. Jest też jednak prawdopodobne, że kobiety są zazwyczaj bardziej niż mężczyźni zainteresowane udziałem w badaniach psychologicznych, nie tylko w tych dotyczących marzeń sennych. W przypadku badania agresji można to uznać za zaletę, ponieważ w przeciwieństwie do mężczyzn, mających skłonność do jawnych i czynnych form agresji, które są łatwo obserwowalne, kobiety skłaniają się ku agresji ukrytej i biernej (Krahé, 2006), a dotarcie do jej przejawów jest dla psychologa utrudnione.

W przypadku badania dużej grupy osób analizowanie treści marzeń sennych za pomocą *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* jest czasochłonne i wymaga zwiększonego nakładu pracy. Wymaga również wprawy, ponieważ pomimo jasnych wskazówek dotyczących kodowania, niedoświadczony psycholog może mieć problem ze sprawnym określeniem kategorii (formy agresji), do których dana treść agresywna należy (zwykle nie należy do jednej, ale do wielu). Potwierdzają to pojedyncze krytyczne uwagi od sędziów kompetentnych, oceniających system, które dotyczyły głównie początkowej trudności analizowania wyników bez wcześniejszego przygotowania i konieczności wdrożenia się. Łatwość analizy została mimo to oceniona dobrze, natomiast pod innymi względami system otrzymał ocenę bardzo dobrą.

Kolejną kwestią jest próba „policzenia nieświadomości", jak można by traktować ilościową analizę treści marzeń sennych. Nawet jeśli uznać, że marzenia senne wynikają z naszej nieświadomości, to opowiedzenie marzenia sennego sprawia, że treści te stają się uświadomione, więc jest to raczej próba „policzenia świadomego". Tym bardziej że badania własne wskazują, że agresywna treść marzeń sennych pochodzi nie tyle z nieświadomych konfliktów, co z agresywnych doświadczeń mających miejsce przed snem. W przypadku agresywności na jawie możemy badać treści niejawne przez nieuświadomione mechanizmy

usprawiedliwiania agresji (np. błąd atrybucji wrogości), natomiast w przypadku marzeń sennych nie mamy innego dostępu do ich treści niż relacja osoby śniącej. Zyskujemy więc dostęp jedynie do tego, co jest świadome, bez względu na źródło tych treści: nieświadome konflikty, osobowość czy doświadczenia z jawy. I to jest również jedno z istotnych ograniczeń badań dotyczących agresji w marzeniach sennych.

Podsumowanie

Współcześnie agresja jest istotnym problemem społecznym, mającym dalekosiężne konsekwencje, szeroko dyskutowanym i często podejmowanym przez badaczy. Wykonano do tej pory wiele badań dotyczących uwarunkowań agresji i agresywności, a także zaproponowano wiele różnych teorii. Temat agresji interpersonalnej jest nie tylko aktualny, ale coraz ważniejszy ze względu na pojawianie się jej nowych form i konieczność znajdowania nowych metod przeciwdziałania oraz radzenia sobie z różnymi formami agresji i jej konsekwencjami. Wiąże się to z zapotrzebowaniem na nowe, lepsze metody diagnozy osobowości agresywnej. Dotychczas stosowane narzędzia mają swoje zalety, ale również wady. Najczęściej stosowane są skale samoopisowe (Buss i Durkee, 1957; Buss i Perry, 1992; Choynowski, 1972, 1998; Frączek, 2002, 2009; Gaś, 1980; James i McIntyre, 2000; Ostrowska, 2002; Rosenzweig, 1981; Siuta, 2006; Spielberger i in., 1983), które skupiają się na świadomych procesach poznawczych, dostarczając informacji na temat ważnych elementów osobowości, takich jak koncepcje własnego Ja i opinie o samym sobie. Ich wadą jest podatność na wpływ aprobaty społecznej i związanej z nią próby wywierania dobrego wrażenia, które zniekształcają wyniki, szczególnie w przypadku tak negatywnych i potępianych społecznie zachowań jak agresja. Istnieje wiele empirycznych dowodów na to, że w inwentarzach osobowości z powodzeniem można symulować. Inwentarze samoopisowe są szczególnie narażone na świadome fałszowanie faktów. Tendencja do wybierania odpowiedzi społecznie akceptowanych nie musi jednak oznaczać umyślnego oszukiwania ze strony badanych, ale nieświadomą chęć pokazywania się z dobrej strony (Anastasi i Urbina, 1999). Również skale osobowości agresywnej, opierające się na

korelatach poznawczych i afektywnych agresji, niewiele odbiegają od samoopisów zachowania, pytających wprost o zachowanie agresywne. Na przykład podskala Agresywna wrogość w *NEO-PI-R* zawiera pytania o odczuwanie złości, gniewu, wstrętu, postawę wrogości wobec innych osób oraz łatwość wpadania we wściekłość i brak panowania nad sobą, co w sposób naturalny wiąże się z agresją i wskazuje na cel badania. Ponadto wiele kwestionariuszy nie różnicuje precyzyjnie wszystkich form agresji (McCloskey i Coccaro, 2003), co więcej, na podstawie samoopisu nie mogą być oceniane niejawne treści poznawcze, z powodu ich niedostępności (James i Mclntyre, 2000). Ze względu na wymienione ograniczenia zaistniała potrzeba stworzenia narzędzia, które umożliwi badanie wszystkich form agresji interpersonalnej, będącego jednocześnie pośrednią miarą agresywności, oceniającą niejawne treści poznawcze, charakteryzującą się mniejszymi niż metody samoopisowe ograniczeniami i wadami, takimi jak podatność na wpływ aprobaty społecznej. W badaniach własnych podjęto próbę stworzenia takiego narzędzia na podstawie własnego ujęcia teoretycznego agresywności, integrującego dotychczas zaprezentowane podejścia w literaturze przedmiotu.

Wymienione wyżej problemy stały się inspiracją do podjęcia badań przedstawionych w niniejszej publikacji. Podstawowym celem prezentowanego projektu badawczego była próba ustalenia związku pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych a agresywnością przejawianą na jawie. W szczególności chodziło o ustalenie, czy dzięki badaniu marzeń sennych pod kątem treści agresywnych możliwy jest trafny i rzetelny pomiar gotowości do agresji interpersonalnej i jej form, a także czy w marzeniach sennych można wyodrębnić te same kategorie agresji co na jawie. Rezultaty badań własnych nie spełniły jednak wszystkich oczekiwań, prowokując kolejne pytania.

Mimo wielu mniej lub bardziej przekonujących teorii sny nadal pozostają do pewnego stopnia naukową zagadką. To, że osoba agresywna nie może zostać rozpoznana na podstawie agresywnych snów, nie powinno zniechęcać do dalszych poszukiwań skutecznego narzędzia do diagnozy osobowości agresywnej ani do dalszej eksploracji problemu agresywnych treści w marzeniach sennych. Książka ta może być inspiracją do podjęcia dalszych badań w tej intrygującej i tajemniczej dziedzinie z pogranicza jawy i snu – psychologii agresji w marzeniach sennych.

Literatura cytowana

Adler, A. (1935/1996). What is neurosis? *Individual Psychology, 52*(4), 318–333.

Adler, A. (1936). On the interpretation of dreams. *International Journal of Individual Psychology, 2*, 3–16.

Adler, A. (1938/1986). *Sens życia*. Warszawa: PWN.

Allport, G.W. (1937). *Personality: A psychological interpretation.* New York: Holt.

Anastasi, A., Urbina, S. (1999). *Testy psychologiczne.* Warszawa: PTP.

Anderson, C.A. (1997). Effects of violent movies and trait hostility on hostile feelings and aggressive thoughts. *Aggressive Behavior, 23*(3), 161–178. DOI https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1997)23:3<161::AID-AB2>3.0.CO;2-P

Anderson, C.A. (1989). Temperature and aggression: Ubiquitous effects of heat on occurrence of human violence. *Psychological Bulletin, 106,* 74–96. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.106.1.74

Anderson, E. (1994). The code of the streets. *The Atlantic Monthly, 273*, 80–94.

Anderson, C.A., Bushman, B.J. (1997). External validity of "trivial" experiments: The case of laboratory aggression. *Review of General Psychology, 1,* 19–41. DOI: https://doi.org/10.1037%2F1089-2680.1.1.19

Anderson, C.A., Bushman, B.J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology, 53*, 27–51.

Anderson, C.A., Bushman, B.J., Groom, R.W. (1997). Hot years and serious and deadly assault: Empirical tests of the heat hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(6), 1213–1223. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.6.1213

Aronson, E., Wilson, T.D., Akert, R.M. (1997). *Psychologia społeczna*. Poznań: Zysk i S-ka.

Aumann, C., Lahl, O., Pietrowsky, R. (2012). Relationship between dream structure, boundary structure and the Big Five personality dimensions. *Dreaming, 22*(2), 124–135. DOI: https://doi.org/10.1037/a0028977

Averill, J.R. (1993). Illusions of anger. W: R.B. Felson i J.T. Tedeschi (red.), *Aggression and violence: Social interactionist perspectives* (s. 171–192). Washington, DC: American Psychological Association.

Bailey, C.A., Ostrov, J.M. (2008). Differentiating forms and functions of aggression in emerging adults: Associations with hostile attribution biases

and normative beliefs. *Journal of Youth and Adolescence, 37*(6), 713–722. DOI: https://doi.org/10.1007/s10964-007-9211-5

Bandura, A. (1963). Behavior theory and identificatory learning. *American Journal of Orthopsychiatry, 33*(4), 591–601. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1963.tb01007.x

Bandura, A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. *Journal of Personality and Social Psychology, 1*(6), 589–595. DOI: https://doi.org/10.1037/h0022070

Bandura, A. (1969). *Principles of behavior modification.* New York: Holt, Rinehart, Winston Inc.

Bandura, A. (1971). Social learning theory of aggression. W: J.G. Knutson (red.), *Control of aggression: Implications from basic research* (s. 201–250). Chicago: Aldine-Atherton.

Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis.* Edgewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy. Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191–215. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist, 44*(9), 1175–1184. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.9.1175

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control.* New York: Freeman.

Bandura, A. (2016). *Teoria społecznego uczenia się*. Warszawa: PWN.

Bandura, A., Ross, D., Ross, S.A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 63*(3), 575–582. DOI: https://doi.org/10.1037/h0045925

Bandura, A., Ross, D., Ross, S.A. (1963). Imitation of film-mediated aggressive models. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 66*(1), 3–11. DOI: https://doi.org/10.1037/h0048687

Bandura, A., Walters, R.H. (1968). *Agresja w okresie dorastania.* Warszawa: PWN.

Barnes, G. E., Greenwood, L., Sommer, R. (1991). Courtship violence in a Canadian sample of male college students. *Family Relations, 40*(1), 37–44. DOI: https://doi.org/10.2307/585656

Baron, R.A., Richardson, D.R. (1994). *Human aggression*. New York: Plenum Press.

Barrett, D. (1996). *Trauma and dreams*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Barrett, D. (2007). An evolutionary theory of dreams and problem-solving. W: D.L. Barrett i P. McNamara (red.), *The new science of dreaming, Vol. III: Cultural and Theoretical Perspectives on Dreaming*. New York: Praeger/ Greenwood.

Barrick, M.R., Mount, M.K. (1991). The Big Five personality dimensions and job performance: A meta-analysis. *Personnel Psychology, 44*(1), 1–26. https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1991.tb00688.x

Baumeister, R.F. (1982). A self-presentational view of social phenomena. *Psychological Bulletin, 91(1),* 3–26. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.91.1.3

Baumeister, R.F., Boden, J.M. (1998). Aggression and the self: High self-esteem, low self-control, and ego-threat. W: R.G. Geen, E. Donnerstein (red.), *Human aggression: Theories, research and implications for social policy* (s. 111–137). San Diego, CA: Academic Press.

Baumeister, R.F., Scher, S.J. (1988). Self-defeating behavior patterns among normal individuals: Review and analysis of common self-destructive tendencies. *Psychological Bulletin*, *104*(1), 3–22. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.104.1.3

Baumeister, R.F., Smart, L., Boden, J.M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, *103*(1), 5–33. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.1.5

Beck, A.T. (2004). Cognitive patterns in dreams and daydreams. W: R.I. Rosner, W.J. Lyddon i A. Freeman (red.), *Cognitive therapy and dreams* (s. 27–32). New York: Springer.

Bentler, P.M., Bonett, D.G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin, 88*(3), 588–606. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588

Bergman, S.M., McIntyre, M.D., James, L.R. (2004). Identifying the aggressive personality. *Journal of Emotional Abuse, 4*(3–4), 81–93. DOI: https://doi.org/10.1300/J135v04n03_06

Berkowitz, L. (1962). *Aggression: A social-psychological analysis*. New York: McGraw Hill.

Berkowitz, L. (1965). The concept of aggressive drive: Some additional considerations. W: L. Berkowitz (red.), *Advances in experimental social psychology*. *Vol. 2* (s. 301–329). New York: Academic Press.

Berkowitz, L. (1984). Some effects of thoughts on anti- and prosocial influences of media events: A cognitive-neoassociation analysis. *Psychological Bulletin, 95*(3), 410–427. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.410

Berkowitz, L. (1989). Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin, 106*(1), 59–73. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.106.1.59

Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York: McGraw Hill.

Berkowitz, L., LePage, A. (1967). Weapons as aggression-eliciting stimuli. *Journal of Personality and Social Psychology, 7*, 202–207. DOI: https://doi.org/10.1037/h0025008

Bernstein, D.M., Belicki, K. (1995–1996). On the psychometric properties of retrospective dream content questionnaires. *Imagination, Cognition and Personality*, *15*(4), 351–364. DOI: https://doi.org/10.2190/R1FR-YHF7-EVG9-UDJT

Bernstein, D.M., Roberts, B.W. (1995). Assessing dreams through self-report questionnaires: Relations with past research and personality. *Dreaming, 5*, 13–27.

Berry, C.M., Sackett, P.R., Tobares, V. (2010). A meta-analysis of conditional reasoning tests of aggression. *Personnel Psychology*, *63*(2), 361–384. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2010.01173.x

Bettencourt, B.A., Talley, A., Benjamin, A.J., Valentine, J. (2006). Personality and aggressive behavior under provoking and neutral conditions: A meta-analytic

review. *Psychological Bulletin, 132*(5), 751–777. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.5.751

Beyer, F., Buades-Rotger, M., Claes, M., Krämer, U.M. (2017). Hit or run: Exploring aggressive and avoidant reactions to interpersonal provocation using a novel Fight-or-Escape paradigm (FOE). *Frontiers in Behavioral Neuroscience, 11*, 190. DOI: https://doi.org/10.3389/fnbeh.2017.00190

Bing, M.N., Stewart, S.M., Davison, H.K., Green, P.D., Mclntyre, M.D., James, L.R. (2007). An integrative typology of personality assessment for aggression: Implications for predicting counterproductive workplace behavior. *Journal of Applied Psychology, 92*(3), 722–744. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.3.722

Blagrove, M. (2007). Dreaming and personality. W: D. Barrett i P. McNamara (red.), *The new science of dreaming. Content, recall, and personality correlates. Vol. 2* (s. 115–158). Westport, CT: Praeger.

Blagrove, M., Farmer, L., Williams, E. (2004). The relationship of nightmare frequency and nightmare distress to well-being. *Journal of Sleep Research, 13*(2), 129–136. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.2004.00394.x

Borecka-Biernat, D. (2006). *Strategie radzenia sobie młodzieży w trudnych sytuacjach społecznych. Psychospołeczne uwarunkowania*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.

Borecka-Biernat, D. (2013). Wymiar emocjonalny agresywnej strategii radzenia sobie młodzieży w sytuacji konfliktu społecznego i jej uzależnienie od postaw wychowawczych w rodzinie. W: D. Borecka-Biernat (red.), *Zachowania agresywne dzieci i młodzieży. Uwarunkowania oraz możliwości ich przezwyciężania* (s. 229–249). Warszawa: Wydawnictwo Difin.

Bowers, L., Smith, P.K., Binney, V. (1994). Perceived family relationships of bullies, victims and bully/victims in middle childhood. *Journal of Social and Personal Relationships, 11*(2), 215–232. DOI: https://doi.org/10.1177/0265407594112004

Breger, L. (1967). Function of dreams. *Journal of Abnormal Psychology, 72*, 1–28. DOI: https://doi.org/10.1037/h0025040

Brehmer, B. (1976). Social judgment theory and the analysis of interpersonal conflict. *Psychological Bulletin, 83*(6), 985–1003. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.83.6.985

Brewin, C.R. (1989). Cognitive change processes in psychotherapy. *Psychological Review, 96*(3), 379–394. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.3.379

Browne, M.W., Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. W: K.A. Bollen i J.S. Long (red.), *Testing structural equation models* (s. 136–162). Newbury Park, California: Sage.

Brzeziński, J. (1997). *Metodologia badań psychologicznych.* Warszawa: PWN.

Bulkeley, K. (2020). *Common themes in dreams about the pandemic*. Pobrane z: https://www.psychologytoday.com/us/blog/dreaming-in-the-digital-age/202004/common-themes-in-dreams-about-the-pandemic

Bulkeley, K., Broughton, B., Sanchez, A., Stiller, J. (2005). Earliest remembered dreams. *Dreaming, 15*(3), 205–222. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.15.3.205

Bulkeley, K., Domhoff, G. W. (2010). Detecting meaning in dream reports: An extension of the word search approach. *Dreaming, 20*(2), 77–95. DOI: https://doi.org/10.1037/a0019773

Burks, V.S., Laird, R.D., Dodge, A., Pettit, G.S., Bates, J.E. (1999). Knowledge structures, social information processing, and children's aggressive behavior. *Social Development, 8*(2), 220–236. DOI: https://doi.org/10.1111/1467-9507.00092

Burroughs, S.M., James, L.R. (2005). Advancing the assessment of dispositional aggressiveness through conditional reasoning. W: S. Fox i P.E. Spector (red.), *Counterproductive work behavior: Investigations of actors and targets* (s. 127–150). Washington: APA.

Bursik, K. (1998). Moving beyond gender differences: Gender role comparisons of manifest dream content. *Sex Roles: A Journal of Research, 38*(3–4), 203–214. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1018781032328

Bushman, B.J. (2002). Does venting anger feed or extinguish the flame? Catharsis, rumination, distraction, anger, and aggressive responding. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*(6), 724–731. DOI: https://doi.org/10.1177/0146167202289002

Bushman, B.J., Anderson, C.A. (1998). Methodology in the study of aggression: Integrating experimental and nonexperimental findings. W: R.G. Geen i E. Donnerstein (red.), *Human aggression: Theories, research and implications for social policy* (s. 24–48). San Diego, CA: Academic Press.

Bushman, B.J., Baumeister, R.F. (1998). Threatened egotism, narcissism, self-esteem, and direct and displaced aggression: Does self-love or self-hate lead to violence? *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(1), 219–229. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.219

Bushman, B.J., Baumeister, R.F., Phillips, C.M. (2001). Do people aggress to improve their mood? Catharsis beliefs, affect regulation opportunity, and aggressive responding. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*(1), 17–32. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.17

Bushman, B.J., Baumeister, R.F., Stack, A.D. (1999). Catharsis, aggression, and persuasive influence: Self-fulfilling or self-defeating prophecies? *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(3), 367–376. DOI: https://doi.org/10.1037//0022-3514.76.3.367

Buss, A.H. (1961). *The psychology of aggression.* New York: Wiley & Sons.

Buss, A.H., Durkee, A. (1957). An inventory for assessing different kinds of hostility. *Journal of Consulting Psychology, 21*(4), 343–349. DOI: https://doi.org/10.1037/h0046900

Buss, A.H., Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*(3), 452–459. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452

Buss, A.H., Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Buss, D.M. (1991). Conflict in married couples: Personality predictors of anger and upset. *Journal of Personality, 59*(4), 663–688. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1991.tb00926.x

Buss, D.M. (2001). *Psychologia ewolucyjna*. Gdańsk: GWP.

Caprara, G.V., Barbaranelli, C., Zimbardo, P.G. (1996). Understanding the complexity of human aggression: Affective, cognitive, and social dimensions of individual differences in propensity toward aggression. *European Journal of Personality*, *10*(2), 133–155. DOI: https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0984(199606)10:2<133::AID-PER252>3.0.CO;2-E

Caprara, G.V., Cinnani, V., D'Imperio, G., Passerini, S., Renzi, P., Travaglia, G. (1985). Indicators of impulsive aggression: Present status of research on irritability and Emotional Susceptibility Scales. *Personality and Individual Differences*, *6*(6), 665–674. DOI: https://doi.org/10.1016/0191-8869(85)90077-7

Caprara, G.V., Perugini, M., Barbaranelli, C. (1994). Studies of individual differences in aggression. W: M. Potegal i J.F. Knutson (red.), *The dynamics of aggression: Biological and social processes in dyads and groups* (s. 123–153). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Caprara, G.V., Regalia, C., Bandura, A. (2002). Longitudinal impact of perceived self-regulatory efficacy on violent conduct. *European Psychologist*, *7*(1), 63–69. DOI: https://doi.org/10.1027//1016-9040.7.1.63

Carlson, M., Marcus-Newhall, A., Miller, N. (1989). Evidence for a general construct of aggression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *15*(3), 377–389. DOI: https://doi.org/10.1177/0146167289153008

Cartwright, R.D. (1978). *A primer on sleep and dreaming*. Reading, MA: Addison-Wesley Publishing Company.

Cartwright, R. (1991). Dreams that work: The relation of dream incorporation to adaptation to stressful events. *Dreaming*, *1*(1), 3–10.

Cherek, D.R. (1981). Effects of smoking different doses of nicotine on human aggressive behavior. *Psychopharmacology*, *75*(4), 339–345. DOI: https://doi.org/10.1007/BF00435849

Choynowski, M. (1972). *Skrócony podręcznik do testu „Nastroje i Humory" A.H. Bussa i A. Durkee*. Warszawa: Wydawnictwo Ministerstwa Oświaty i Wychowania.

Choynowski, M. (1998). *Agresywność. Pomiar i analiza psychometryczna*. Warszawa: PTP.

Cohen, D.B. (1979). *Sleep and dreaming: Origins, nature and functions*. Oxford: Pergamon Press.

Cosmides, L., Tooby, J. (1997). *Evolutionary psychology: A primer.* Pobrane z: http://www.cep.ucsb.edu/primer.html

Costa, P.T., McCrae, R.R. (1988). From catalog to classification: Murray's needs and the five-factor model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *55*(2), 258–265. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.2.258

Costa, P.T., Jr., McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI). Professional manual.* Odessa, FL.: Psychological Assessment Resources, Inc.

Costa, P.T., McCrae, R.R. (1995). Domains and facets: Hierarchical personality assessment using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment*, *64*(1), 21–50. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6401_2

Costa, P.T., McCrae, R.R. (2009). The five-factor model and the NEO Inventories. W: J.N. Butcher (red.), *Oxford handbook of personality assessment*. New York, NY: Oxford University Press.

Costa, P.T., McCrae, R.R., Holland, J.L. (1984). Personality and vocational interests in an adult sample. *Journal of Applied Psychology, 69*(3), 390–400. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-9010.69.3.390

Costa, P.T., Terracciano, A., McCrae, R.R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*(2), 322–331. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.322

Crabb, P.B. (1989). When aggression seems justified: Judging intergroup conflict from a distance. *Aggressive Behavior, 15*(5), 345–352. DOI: https://doi.org/10.1002/1098-2337(1989)15:5<345::AID-AB2480150503>3.0.CO;2-2

Crick, N.R., Dodge, K.A. (1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin, 115*(1), 74–101. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.1.74

Crugnola, C.R., Maggiolini, A., Caprin, C., De Martini, C., Giudici, F. (2008). Dream content of 10- to 11-year old preadolescent boys and girls. *Dreaming, 18*(3), 201–216. DOI: https://doi.org/10.1037/a0013379

Czopek, L. (2001). Adolescencja. W: L. Czopek (red.), *Popularna encyklopedia powszechna*. Kraków: Fogra.

Czyżowska, D. (2009). Agresja. W: J. Siuta (red.), *Słownik psychologii* (s. 15–16). Kraków: Krakowskie Wydawnictwo Naukowe.

D'Amato, B. (2010). Aggression in dreams – intersecting theories: Freud, modern psychoanalysis, threat simulation theory. *Modern Psychoanalysis, 35*(2), 182–204.

Dankiewicz, M. (2011). Determinants of interpersonal aggression among youth in context of individual and group relations and socialization experience. W: B. Kaczmarek i G. Kwiatkowska (red.), *Youth facing the challenges of globalization* (s. 165–172). Lublin: Wydawnictwo UMCS.

Dankiewicz, M. (2012). Ocena moralna zachowań agresywnych w teorii i badaniach naukowych. *Studia Psychologica, 12*(2), 107–118.

Darwin, K. (1859/1959). *O powstawaniu gatunków drogą doboru naturalnego, czyli o utrzymaniu się doskonalszych ras w walce o byt*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne.

Dawes, R.M. (1991). Giving up cherished ideas: The Rorschach ink blot test. *Issues in Child Abuse Accusations, 3*(4), 217–220.

De Koninck, J.M., Koulack, D. (1975). Dream content and adaptation to a stressful situation. *Journal of Abnormal Psychology, 84*, 250–260.

Delorme, M.A., Lortie-Lussier, M., De Koninck, J. (2002). Stress and coping in the waking and dreaming states during an examination period. *Dreaming, 12*(4), 185–197.

Dement, W. (1960). The effect of dream deprivation. *Science, 131*, 1705–1707. DOI: https://doi.org/10.1126/science.131.3415.1705

De Sousa Fernandes Perna, E.B., Theunissen, E.L., Kuypers, K.P.C., Toennes, S.W., Ramaekers, J.G. (2016). Subjective aggression during alcohol and cannabis intoxication before and after aggression exposure. *Psychopharmacology, 223*(18), 3331–3340. DOI: https://doi.org/10.1007/s00213-016-4371-1

Digman, J.M., Takemoto-Chock, N.K. (1981). Factors in the natural language of personality: Re-analysis, comparison, and interpretation of six major studies. *Multivariate Behavioral Research, 16*(2), 149–170. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327906mbr1602_2

DiLalla, L.F., Gottesman, I.I. (1991). Biological and genetic contributions to violence: Widom's untold tale. *Psychological Bulletin, 109*(1), 125–129. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.109.1.125

Dill, K.E., Anderson, C.A., Anderson, K.B., Deuser, W.E. (1997). Effects of aggressive personality on social expectations and social perceptions. *Journal of Research in Personality, 31*, 272–292.

Dodge, K.A., Coie, J.D. (1987). Social information-processing factors in reactive and proactive aggression in children's play groups. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(6), 1146–1158. DOI: https://doi.org/10.1037//0022-3514.53.6.1146

Dollard, J., Doob, L.W., Miller, N.E., Mowrer, O.H., Sears, R.R. (1939). *Frustration and aggression.* New Haven, CT: Yale University Press.

Domhoff, G.W. (1996). *Finding meaning in dreams: A quantitative approach*. New York: Plenum Press.

Domhoff, G.W. (1999a). *Using Hall/Van de Castle Dream Content Analysis to test new theories: An example using a theory proposed by Ernest Hartmann.* Pobrane z: http://www2.ucsc.edu/dreams/Library/domhoff_1999e.html

Domhoff, G.W. (1999b). The "purpose" of dreams. Pobrane z: http://dreamresearch.net/Library/purpose.html

Domhoff, G.W. (1999c). Drawing theoretical implications from descriptive empirical findings on dream content. *Dreaming, 9*, 201–210. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1021302118072

Domhoff, G.W. (2000). Methods and measures for the study of dream content. W: M. Kryger, T. Roth i W. Dement (red.), *Principles and Practies of Sleep Medicine* (s. 463–471). Philadelphia: W.B. Saunders.

Domhoff, G.W. (2003). *The scientific study of dreams: Neural networks, cognitive development, and content analysis*. Washington, DC: American Psychological Association.

Domhoff, G.W. (2005). *The dreams of men and women: Patterns of gender similarity and difference.* Pobrane z: http://dreamresearch.net/Library/domhoff_2005c.html

Domhoff, G.W. (2007). Dreaming as the embodiment of thoughts: A widower's dreams of his deceased wife. The annual meeting of the International Association for the Study of Dreams, Rohnert Park, California.

Domhoff, G.W. (2010). *The case for a cognitive theory of dreams*. Pobrane z: http://dreamresearch.net/Library/domhoff_2010.html

Domhoff, G.W. (2011). Dreams are embodied simulations that dramatize conception and concerns: The continuity hypothesis in empirical, theoretical, and historical context. *International Journal of Dream Research, 4*(2), 50–62.

Doob, A.N., Wood, L.E. (1972). Catharsis and aggression: Effects of annoyance and retaliation on aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 22*(2), 156–162. DOI: https://doi.org/10.1037/h0032598

Dunning, D., Heath, C., Suls, J.M. (2004). Flawed self-assessment: Implications for health, education, and the workplace. *Psychological Science in the Public Interest, 5*(3), 69–106. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1529-1006.2004.00018.x

Duntley, J.D., Buss, D.M. (2008). Ewolucja zła. W: A.G. Miller (red.), *Dobro i zło z perspektywy psychologii społecznej* (s. 136–162). Kraków: Wydawnictwo WAM.

Dutton, D.G., Aron, A.P. (1974). Some evidence for heightened sexual attraction under conditions of high anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology, 30*(4), 510–517. DOI: https://doi.org/10.1037/h0037031

Dwight, S.A., Alliger, G.M. (1997). Reactions to overt integrity test items. *Educational and Psychological Measurement,* 57*(6),* 937–948. DOI: https://doi.org/10.1177/0013164497057006004

Eagly, A.H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Edmunds, G. (1977). Extraversion, neuroticism and different aspects of self-reported aggression. *Journal of Personality Assessment, 41*(1), 66–70. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4101_11

Eibl-Eibesfeldt, I. (1987). *Miłość i nienawiść*. Warszawa: PWN.

Ekel, J., Jaroszyński, J., Ostaszewska, J. (1965). *Mały słownik psychologiczny*. Warszawa: Wiedza Powszechna.

Ellingson, J.E., Sackett, P.R., Hough, L.M. (1999). Social desirability corrections in personality measurement: Issues of applicant comparison and construct validity. *Journal of Applied Psychology, 84*(2), 155–166. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-9010.84.2.155

Epstein, S. (1994). Integration of the cognitive and the psychodynamic unconscious. *American Psychologist, 49*(8), 709–724. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.49.8.709

Erdelyi, M.H. (1992). Psychodynamics and the unconscious. *American Psychologist, 47*(6), 784–787. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.47.6.784

Erdley, C.A., Asher, S.R. (1998). Linkages between children's beliefs about the legitimacy of aggression and their behavior. *Social Development, 7*(3), 321–339. DOI: https://doi.org/10.1111/1467-9507.00070

Erikson, E.H. (1968). *Identity – youth and crisis.* New York: W.W. Norton.

Farnicka, M., Liberska, H., Niewiedział, D. (2016). *Psychologia agresji. Wybrane problemy*. Warszawa: PWN.

Farthing, W.G. (1992). *The psychology of consciousness.* New York: Prentice Hall.

Fecenec, D. (2008). *MSEI Wielowymiarowy Kwestionariusz Samooceny. Podręcznik*. Warszawa: PTP.

Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 116*(3), 429–456. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.429

Felson, R.B., Tedeschi, J.T. (red.). (1993). *Aggression and violence: Social interactionist perspectives.* Washington, DC: American Psychological Association.

Feshbach, S. (1971). Dynamics and morality of violence and aggression: Some psychological considerations. *American Psychologist, 26*(3), 281–292. DOI: https://doi.org/10.1037/h0031219

Fisher, S., Greenberg, R. (1996). *Freud scientifically appraised*. New York: Wiley.

Fiske, S.T., Taylor, S.E. (1984/1991). *Social cognition* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.

Foulkes, D. (1979). Home and laboratory dreams: Four empirical studies and a conceptual reevaluation. *Sleep*, *2*(2), 233–251.

Foulkes, D. (1985). *Dreaming: A cognitive-psychological analysis*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Foulkes, D. (1999). *Children's dreaming and the development of consciousness*. Cambridge: Harvard University Press.

Franklin, M.S., Zyphur M.J. (2005). The role of dreams in the evolution of the human mind. *Evolutionary Psychology*, *3*, 59–78. DOI: https://doi.org/10.1177/147470490500300106

Frączek, A., (1975). Mechanizmy regulacyjne czynności agresywnych. W: I. Kurcz i J. Reykowski (red.), *Studia nad teorią czynności ludzkich* (s. 37–64). Warszawa: PWN.

Frączek, A. (1979). Czynności agresywne jako przedmiot studiów eksperymentalnej psychologii społecznej. W: A. Frączek (red.), *Studia nad psychologicznymi mechanizmami czynności agresywnych* (s. 9–31). Warszawa: PAN.

Frączek, A. (2002). Agresja interpersonalna: opis i analiza z perspektywy psychologii społecznej. W: Ł. Jurasz-Dudzik (red.), *Człowiek i agresja. Głosy o nienawiści i przemocy. Ujęcie interdyscyplinarne* (s. 43–55). Warszawa: Wydawnictwo Sic!

Frączek, A. (2009). *O naturze i diagnozie gotowości do agresji interpersonalnej*. Prezentacja.

Frączek, A., Ciarkowska, W. (1974). The dynamics of the aggressive behavior in relation to neuroticism, extraversion and introversion. Referat przedstawiony na Międzynarodowej Konferencji „Temperament and personality", Warszawa.

Freud, S. (1900/2010). *The interpretation of dreams*. New York: Basic Books.

Freud, S. (1917/2010). *Wstęp do psychoanalizy*. Warszawa: PWN.

Freud, S. (1920/1997). *Poza zasadą przyjemności*. Warszawa: PWN.

Fromm, E. (1941/2004). *Ucieczka od wolności*. Warszawa: Czytelnik.

Fromm, E. (1973/1999). *Anatomia ludzkiej destrukcyjności*. Poznań: Rebis.

Fromm, E. (1951/2009). *Zapomniany język. Wstęp do rozumienia snów, baśni i mitów*. Kraków: Wydawnictwo Vis-a-Vis Etiuda.

Galić, Z. (2016). Conditional Reasoning Test for Aggression: Further evidence about incremental validity. *International Journal of Selection and Assessment*, *24*(1), 24–33. DOI: https://doi.org/10.1111/ijsa.12126

Galić, Z., Scherer, K.T., LeBreton, J.M. (2014). Examining the measurement equivalence of the Conditional Reasoning Test for Aggression across U.S. and Croatian samples. *Psychological Test and Assessment Modeling*, *56*(2), 195–216.

Gaś, B.Z. (1980). Inwentarz Psychologiczny Syndromu Agresji. *Przegląd Psychologiczny*, *23*, 142–158.

Gay, P. (1993). *The cultivation of hatred*. New York: W.W. Norton & Co.

Geen, R.G. (1990). *Human aggression*. Milton Keynes: Open University Press.

Gerber, G.L. (1978). Coping effectiveness and dreams as a function of personality and dream recall. *Journal of Clinical Psychology, 34*(2), 526–532. DOI: https://doi.org/10.1002/1097-4679(197804)34:2<526::AID-JCLP2270340259>3.0.CO;2-J

Giambra, L.M., Jung, R.E., Grodsky, A. (1996). Age changes in dream recall in adulthood. *Dreaming, 6*(1), 17–31. DOI: https://doi.org/10.1037/h0094443

Giancola, P.R., Chermack, S.T. (1998). Construct validity of laboratory aggression paradigms: A response to Tedeschi and Quigley (1996). *Aggression and Violent Behavior, 3*(3), 237–253. DOI: https://doi.org/10.1016/S1359-1789(97)00004-9

Gilchrist, S., Davidson, J., Shakespeare-Finch, J. (2007). Dream emotions, waking emotions, personality characteristics and well-being – A positive psychology approach. *Dreaming, 17*(3), 172–185. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.17.3.172

Glick, B., Goldstein, A.P. (1987). Aggression Replacement Training. *Journal of Counseling and Development, 65*(7), 356–362. DOI: https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1987.tb00730.x

Gordon, H.L. (1953). A comparative study of dreams and responses to the Thematic Apperception Test: A need-press analysis. *Journal of Personality, 22*(2), 234–253. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1953.tb01808.x

Greenwald, A.G., Banaji, M.R. (1995). Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review, 102*(1), 4–27. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.102.1.4

Griffith, R.M., Miyagi, O., Tago, A. (1958). The universality of typical dreams: Japanese vs. Americans. *American Anthropologist, 60*, 1173–1179. DOI: https://doi.org/10.1525/aa.1958.60.6.02a00110

Hall, C.S. (1947). Diagnosing personality by the analysis of dreams. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 42*(1), 68–79. DOI: https://doi.org/10.1037/h0054344

Hall, C.S. (1953). A cognitive theory of dreams. *The Journal of General Psychology, 49*(2), 273–282. DOI: https://doi.org/10.1080/00221309.1953.9710091

Hall, C.S. (1991). The two provinces of dreams. *Dreaming, 1*(1), 91–93. https://doi.org/10.1037/h0094320

Hall, C.S, Domhoff, B. (1963). Aggression in dreams. *International Journal of Social Psychiatry, 9(4)*, 259–267.

Hall, C.S., Nordby, V. (1972). *The individual and his dreams.* New York: New American Library.

Hall, C.S., Van de Castle, R.L. (1966). *The content analysis of dreams.* New York: Appleton-Century-Crofts.

Hall, J.A. (1983). *Jungian dream interpretation: A handbook of theory and practice*. Toronto: Inner City Books.

Hartmann, E. (1984). *The nightmare.* New York: Basic Books.

Hartmann, E. (1991). *Boundaries in the mind – A new psychology of personality*. New York: Basic Books.

Hartmann, E. (1993). Nightmares. W: M.A. Carskadon (red.), *Encyclopedia of sleep and dreaming* (s. 406–408). New York: Macmillan.

Hartmann, E. (1996). Outline for a theory on the nature and functions of dreaming. *Dreaming, 6*(2), 147–170. DOI: https://doi.org/10.1037/h0094452

Hartmann, E. (1998). *Dreams and nightmares – A new theory on the origin and meaning of dreams*. Cambridge, MA: Perseus Publishing.

Hartmann, E., Russ, D., Oldfield, M., Sivan, I., Cooper, S. (1987). Who has nightmares? The personality of the lifelong nightmare sufferer. *Archives of General Psychiatry, 44*(1), 49–56. DOI: https://doi.org/10.1001/archpsyc.1987.01800130053008

Harwas-Napierała, B., Trempała, J. (red.) (2009). *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka . T. 2*. Warszawa: PWN.

Heneman, H.G., Heneman, R.L., Judge, T.A. (1997). *Staffing organizations.* Madison, WI: Mendota House/Irwin.

Hermans, H. (1987). The dream in the process of valuation: A method of interpretation. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(1), 163–175. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.1.163

Hill, A.B. (1974). Personality correlates of dream recall. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42*(6), 766–773. DOI: https://doi.org/10.1037/h0037545

Hill, C.E. (2000). *Sen w psychoterapii*. Gdańsk: GWP.

Hill, C.E., Kelley, F.A., Davis, T.L., Crook, R.E., Maldonado, L.E., Turkson, M.A., Wonnell, T.L., Suthakaran, V., Zack, J.S., Rochlen, A.B., Kolchakian, M.R., Codrington, J.N. (2001). Predictors of outcome of dream interpretation sessions: Volunteer client characteristics, dream characteristics, and type of interpretation. *Dreaming, 11*(2), 53–72. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1009420619940

Hines, D.A., Saudino, K.J. (2008). Personality and intimate partner aggression in dating relationships: The role of the "Big Five". *Aggressive Behavior, 34*(6), 593–604. DOI: https://doi.org/10.1002/ab.20277

Hobson, J.A. (1988). *The dreaming brain*. New York: Basic Books.

Hobson, J.A. (1995). *Sleep.* New York: Scientific American Library.

Hobson, J.A. (2002). *Dreaming: An introduction to the science of sleep*. New York: Oxford University Press.

Hobson, J.A. (2005). *Dreaming: A very short introduction*. New York: Oxford University Press.

Hobson, J.A. (2009) REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness. *Nature Reviews Neuroscience, 10*(11), 803–813. DOI: https://doi.org/10.1038/nrn2716

Hobson, J.A., McCarley, R.W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *American Journal of Psychiatry, 134*(12), 1335–1348. DOI: https://doi.org/10.1176/ajp.134.12.1335

Hobson, J.A., Pace-Schott, E.F., Stickgold, R. (2000). Dreaming and the brain: Toward a cognitive neuroscience of conscious states. *Behavioral and Brain Sciences, 23*(6), 793–842. DOI: https://doi.org/10.1017/s0140525x00003976

Hobson, J.A., Pace-Schott, E.F., Stickgold, R. (2003a). Dream science 2000: A response to commentaries on dreaming and the brain. W: E.F., Pace-Schott, M. Solms, M. Blagrove, S. Harnad (red.), *Sleep and dreaming. Scientific advances and reconsiderations* (s. 231–247). New York: Cambridge University Press.

Hobson, J.A., Pace-Schott, E.F, Stickgold, R. (2003b). Dreaming and the brain: Toward a cognitive neuroscience of conscious states. W: E.F. Pace-Schott,

M. Solms, M. Blagrove i S. Harnad (red.), *Sleep and dreaming: Scientific advances and reconsiderations* (s. 1–50). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Hogan, R., Hogan, J., Roberts, B.W. (1996). Personality measurement and employment decisions: Questions and answers. *American Psychologist, 51*(5), 469–477. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.51.5.469

Holland, A.S., Roisman, G.I. (2008). Big Five personality traits and relationship quality: Self-reported, observational, and physiological evidence. *Journal of Social and Personal Relationships, 25*(5), 811–829. DOI: 10.1177/0265407508096697

Hołda, M., Szmigielska, B. (2011). *Marzenia senne. Geneza i funkcje*. Kraków: WiR Partner.

Hoss, R.J. (2005). *Dream language: Self-understanding through imagery and color*. Ashland, OR: Innersource.

Howarth, E. (1962). Extroversion and dream symbolism: An empirical study. *Psychological Reports, 10*(1), 211–214. DOI: https://doi.org/10.2466/pr0.1962.10.1.211

Huesmann, L.R. (1988). An information processing model for the development of aggression. *Aggressive Behavior, 14*(1), 13–24. DOI: https://doi.org/10.1002/1098-2337(1988)14:1<13::AID-AB2480140104>3.0.CO;2-J

Huesmann, L.R. (1998). The role of social information processing and cognitive schema in acquisition and maintenance of habitual aggressive behavior. W: R.G. Green i E. Donnerstein (red.), *Human aggression: Theories, research, and implications for policy* (s. 73–109). New York: Academic Press.

Huesmann, L.R., Eron, L.D. (1989). Individual differences and the trait of aggression. *European Journal of Personality, 3*(2), 95–106. DOI: https://doi.org/10.1002/per.2410030204

James, L.R. (1998). Measurement of personality via conditional reasoning. *Organizational Researach Methods, 1*(2), 131–163. DOI: https://doi.org/10.1177/109442819812001

James, L.R., LeBreton, J.M. (2010). Assessing aggression using conditional reasoning. *Current Directions in Psychological Science, 19(1),* 30–35. DOI: https://doi.org/10.1177/0963721409359279

James, L.R., LeBreton, J.M. , (2012). *Assessing the implicit personality through conditional reasoning.* Washington, DC: American Psychological Association.

James, L.R., Mazerolle, M.D. (2002). *Personality in work organizations.* New York: Sage.

James, L.R., Mclntyre, M.D. (2000). *Conditional Reasoning Test of Aggression test manual.* Knoxville, TN: Innovative Assessment Technology.

James, L.R., McIntyre, M.D., Glisson, C.A., Bowler, J.L., Mitchell, T.R. (2004). The Conditional Reasoning Measurement System for aggression: An overview. *Human Performance, 17*(3), 271–295. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327043hup1703_2

James, L.R., McIntyre, M.D., Glisson, C.A., Green, P.D., Patton, T.W., LeBreton, J.M., Frost, B.C., Russell, S.M., Sablynski, C.J., Mitchell, T.R., Williams, L.J. (2005). A conditional reasoning measure for aggression. *Organizational Research Methods, 8*(1), 69–99. DOI: https://doi.org/10.1177/1094428104272182

Jaworowska, A. (2007). *Test pamięci wzrokowej Bentona*. Warszawa: PTP.

Jöreskog, K.G., Sörbom, D. (1989). *LISREL 7. A guide to the program and applications.* 2nd edition. Chicago: SPSS Inc.

Jung, C.G. (1967). *The collected works of C.G. Jung. Volume 8*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Jung, C.G. (1993). *O istocie snów*. Warszawa: Wydawnictwo KR-Sen.

Jung, C.G. (1999). *Wspomnienia, sny, myśli*. Warszawa: Wydawnictwo Wrota.

Kahan, T.L., LaBerge, S., Levitan, L., Zimbardo, P. (1997). Similarities and differences between dreaming and waking cognition: An exploratory study. *Consciousness and Cognition: An International Journal, 6*(1), 132–147. DOI: https://doi.org/10.1006/ccog.1996.0274

Kaiser, H.F. (1960). The application of electronic computers to factor analysis. *Educational and Psychological Measurement, 20*, 141–151. DOI: https://doi.org/10.1177/001316446002000116

Kaiser, H.F., Rice, J. (1974). Little Jiffy, Mark IV. *Educational and Psychological Measurement, 34*(1), 111–117. DOI: https://doi.org/10.1177/001316447403400115

Kales, A., Hoedemaker, F.S., Jacobson, A., Lichtenstein, E.L. (1964). Dream deprivation: An experimental reappraisal. *Nature, 204*, 1337–1338. DOI: https://doi.org/10.1038/2041337a0

Kielar-Turska, M. (2003). Rozwój człowieka w pełnym cyklu życia. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podstawy psychologii. T. 1* (s. 285–332). Gdańsk: GWP.

Kihlstrom, J.F. (1999). The psychological unconscious. W: L.A. Pervin i O.P. John (red.), *Handbook of personality: Theory and research* (s. 424–442). New York: Guilford Press.

Kirwil, L. (1984). O koncepcji rozwoju agresywności H.J. Kornadta. *Przegląd Psychologiczny, 2*, 423–436.

Korzeniowski, L., Pużyński, S. (red.) (1978). *Encyklopedyczny słownik psychiatrii.* Warszawa: Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich

Krahé, B. (2006). *Agresja.* Gdańsk: GWP.

Kramer, M. (1993). The selective mood regulatory function of dreaming: An update and revision. W: A. Moffit, M. Kramer i R. Hoffman (red.), *The functions of dreaming* (s. 139–195). Albany, NY: State University of New York Press.

Kramer, M. (2006). *The dream experience: A systematic exploration*. New York: Routledge.

Kramer, M., Kinney, L., Scharf, M. (1983). Sex differences in dreams. *Psychiatric Journal of the University of Ottawa, 8*(1), 1–4.

Krippner, S., Gabel, S., Green, J., Rubien, R. (1994). Community applications of an experiential group approach to teaching dreamwork. *Dreaming, 4*(4), 215–222. DOI: https://doi.org/10.1037/h0094414

Krippner, S., Winkler, M., Rochlen, A., Yashar, B. (1998). Gender, national, and regional differences in a content analysis of 799 dream reports from research participants in Argentina, Brazil, and the United States. *Interamerican Journal of Psychology, 32*, 71–97.

Kroger, R.O., Wood, L.A. (1993). Reification, "faking", and the Big Five. *American Psychologist, 48*(12), 1297–1298. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.12.1297

Kubacka-Jasiecka, D. (1975). *Funkcjonowanie społeczne osób agresywnych i samo-agresywnych.* Wrocław: Ossolineum.

Kubacka-Jasiecka, D. (2006). *Agresja i autodestrukcja z perspektywy obronno--adaptacyjnych dążeń Ja.* Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Kulik, J.A., Brown, R. (1979). Frustration, attribution of blame, and aggression. *Journal of Experimental Social Psychology, 15*(2), 183–194. DOI: https://doi.org/10.1016/0022-1031(79)90029-5

Lang, R.J., O'Connor, K.P. (1984). Personality, dream content and dream coping styles. *Personality and Individual Differences, 5*(2), 211–219. DOI: https://doi.org/10.1016/0191-8869(84)90053-9

Laub, J.H., Lauritsen, J.L. (1995). Violent criminal behavior over the life course: A review of the longitudinal and comparative research. W: R.B. Ruback i N.A. Weiner (red.), *Interpersonal violent behaviors* (s. 43–61). New York: Springer.

Laursen, B., Collins, W.A. (1994). Interpersonal conflict during adolescence. *Psychological Bulletin, 115*(2), 197–209. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.2.197

Leary, M.R., Kowalski, R.M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin, 107*(1), 34–47. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.1.34

Leary, M.R., Tambor, E.S., Terdal, S.K., Downs, D.L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*(3), 518–530. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.518

LeBreton, J.M., Barksdale, C.D., Robin, J., James, L.R. (2007). Measurement issues associated with conditional reasoning tests: Indirect measurement and test faking. *Journal of Applied Psychology, 92*(1), 1–16. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.1.1

Ledzińska, M. (2004). Uczenie się wykraczają*ce* poza warunkowanie. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki. T. 2* (s. 117–136). Gdańsk: GWP.

Lewin, K. (1946/1997). *Resolving social conflicts and field theory in social science*. Washington, D.C.: American Psychological Association.

Lewis, J. R. (1998). *Encyklopedia snu.* Warszawa: CIBET.

Liberska, H., Farnicka, M. (2015). Agresywność i zachowania agresywne młodzieży a percypowane przez nią postawy rodzicielskie. Perspektywa rozwojowa. *Psychologia Rozwojowa, 20*(4), 25–44. DOI: https://doi.org/10.4467/20843879PR.15.020.4463

Liberska, H., Matuszewska, M. (2003). Niektóre społeczne uwarunkowania agresji u młodzieży. *Psychologia Rozwojowa, 2–3*, 97–107.

Lieberman, J.D., Solomon, S., Greenberg, J., and McGregor, H.A. (1999). A hot new way to measure aggression: Hot sauce allocation. *Aggressive Behavior, 25*(5), 331–348. DOI: https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1999)25:5<331::AID-AB2>3.0.CO;2-1

Lindsay, J.J., Anderson, C.A. (2000). From antecedent conditions to violent actions: A General Affective Aggression Model. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*(5), 533–547. DOI: https://doi.org/10.1177/0146167200267002

Loeber, R., Farrington, D.P. (1998). Never too early, never too late: Risk factors and successful interventions with serious and violent juvenile offenders. *Studies on Crime and Crime Prevention, 7*(1), 7–30.

Loeber, R., Hay, D.F. (1997). Key issues in the development of aggression from childhood to early adulthood. *Annual Review of Psychology, 48*(1), 371–410. DOI: https://doi.org/10.1146/annurev.psych.48.1.371

Loeber, R., Stouthamer-Loeber, M. (1998). Development of juvenile aggression and violence: Some common misconceptions and controversies. *American Psychologist, 53*(2), 242–259. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.2.242

Loehlin, J. C. (1992). *Genes and environment in personality development.* Newbury Park, CA: Sage.

Lorenz, K. (1963/2003). *Tak zwane zło*. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.

Łukaszewski, W. (2000). Psychologiczne koncepcje człowieka. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki. T. 1* (s. 67–92). Gdańsk: GWP.

Malcolm-Smith, S., Solms, M. (2004). Incidence of threat in dreams: A response to Revonsuo's threat simulation theory. *Dreaming, 14*(4), 220-229. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.14.4.220

Malcolm-Smith, S., Solms, M., Turnbull, O., Tredoux, C. (2008). Threat in dreams: An adaptation? *Consciousness and cognition, 17*(4), 1281–1291. DOI: https://doi.org/10.1016/j.concog.2007.07.002

Markowska, B., Szafraniec, H. (1977). Podręcznik do Arkusza Zachowania się Ucznia. W: M. Choynowski (red.), *Testy psychologiczne w poradnictwie wychowawczo-zawodowym*. Warszawa: PWN.

Matczak, A. (2007). *Kwestionariusz Kompetencji Społecznych. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.

Mathes, J., Schredl, M. (2013). Gender differences in dream content: Are they related to personality? *International Journal of Dream Research, 6*(2), 104–109.

Maultsby, M.C. (2013). *Racjonalna Terapia Zachowania. Podręcznik terapii poznawczo-behawioralnej.* Żnin: Wulkan.

Mazur, A., Goś, A., Lorenc-Lipiec, K., Bernat, K., Smoleń, K., Humeniuk, E. (2017). Osobowościowe uwarunkowania tendencji do przyjmowania roli ofiary i sprawcy przemocy psychicznej w związkach małżeńskich. *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu, 23*(1), 39–44. DOI: https://doi.org/10.5604/20834543.1235623

McClelland, D.C., Koestner, R., Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review, 96*(4), 690–702. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.4.690

McCloskey, M.S., Coccaro, E.F. (2003). Questionnaire and interview measures of aggression in adults. W: E.F. Coccaro (red.), *Aggression: Psychiatric assessment and treatment* (s. 167–193). New York: Marcel Dekker Inc.

McCrae, R.R., Costa, P.T. (1991). Adding Liebe und Arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 17*(2), 227–232. DOI: https://doi.org/10.1177/014616729101700217

McCrae, R.R., Costa, P.T. (2005). *Osobowość dorosłego człowieka*. Kraków: Wydawnictwo WAM.

McCrae, R.R., Costa, P.T. (2008). The five-factor theory of personality. W: O.P. John, R.W. Robins i L.A. Pervin (red.), *Handbook of personality: Theory and research* (s. 159–181). New York, NY: Guilford Press.

McCrae, R.R., Costa, P.T., Jr, Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebícková, M., Avia, M.D., Sanz, J., Sánchez-Bernardos, M.L., Kusdil, M. E., Woodfield, R., Saunders, P.R., Smith, P.B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(1), 173–186. DOI: https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.1.173

McCrae, R.R., Costa, P.T., Terracciano, A., Parker, W.D., Mills, C.J., De Fruyt, F., Mervielde, I. (2002). Personality trait development from age 12 to age 18: Longitudinal, cross-sectional, and cross-cultural analyses. *Journal of Personality and Social Psychology, 83*(6), 1456–1468. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.6.1456

Mellman, T.A., David, D., Bustamante, V., Torres, J., Fins, A. (2005). Dreams in the acute aftermath of trauma and their relationship to PTSD. *Journal of Traumatic Stress, 14*(1), 241–247. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1007812321136

Miles, D.R., Carey, G. (1997). Genetic and environmental architecture on human aggression. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(1), 207–217. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.1.207

Milgram, S. (1974). *Obedience to authority: An experimental view*. New York: Harper and Row.

Miller, J.D., Lynam, D., Leukefeld, C. (2003). Examining antisocial behavior through the lens of the Five Factor Model of personality. *Aggressive Behavior, 29*(6), 497–514. DOI: https://doi.org/10.1002/ab.10064

Miller, N.E. (1941). The frustration-aggression hypothesis. *Psychological Review, 48*(4), 337–342. DOI: https://doi.org/10.1037/h0055861

Miller, P.A., Eisenberg, N. (1988). The relation of empathy to aggressive and externalizing/antisocial behavior. *Psychological Bulletin, 103*(3), 324–344. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.103.3.324

Miller, S.M. (1987). Monitoring and blunting: Validation of a questionnaire to assess styles of information seeking under threat. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(2), 345–353. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.2.345

Millon, T. (1990). The disorders of personality. W: L.A. Pervin (red.), *Handbook of personality theory and research* (s. 339–370). New York: Guilford Press.

Moody, M., Scherer, K., LeBreton, J. (2013). *The transparency of the Conditional Reasoning Test for Aggression*, poster, Society for Industrial and Organizational Psychology Conference, Houston, Texas, 11–13 kwietnia 2013.

Moorcroft, W.H. (2003). *Understanding sleep and dreaming*. New York: Kluwer Academic/ Plenum Publishers.

Moore, R.W., Stewart, R.M. (1989). Evaluating employee integrity: Moral and methodological problems. *Employee Responsibilities and Rights Journal, 2*(3), 203–215. DOI: https://doi.org/10.1007/BF01423478

Morgeson, F.P., Campion, M.A., Dipboye, R.L., Hollenbeck, J.R., Murphy, K., Schmitt, N. (2007). Are we getting fooled again? Coming to terms with limitations in the use of personality tests for personnel selection. *Personnel Psychology, 60*(4), 1029–1049. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2007.00100.x

Munroe, R.L., Munroe, R.H., Brasher, A., Severin, T., Schweickart, D., Moore, R.S. (1985). Sex differences in East African dreams. *Journal of Social Psychology, 125*(3), 405–406. DOI: https://doi.org/10.1080/00224545.1985.9922908

Nesdale, A.R., Rule, B.G., McAra, M. (1975). Moral judgments of aggression: Personal and situational determinants. *European Journal of Social Psychology, 5*(3), 339–349. DOI: https://doi.org/10.1002/ejsp.2420050307

Nezlek, J.B., Kowalski, R.M., Leary, M.R., Blevins, T., Holgate, S. (1997). Personality moderators of reactions to interpersonal rejection: Depression and trait self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*(12), 1235–1244. DOI: https://doi.org/10.1177/01461672972312001

Nielsen, T.A. (2003). A review of mentation in REM and nREM sleep: "Covert" REM sleep as a possible reconciliation of two opposing models. W: E.F., Pace-Schott, M. Solms, M. Blagrove i S. Harnad (red.), *Sleep and dreaming. Scientific advances and reconsiderations* (s. 59–74). New York: Cambridge University Press.

Nisbett, R.E., Wilson, T.D. (1977). Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes. *Psychological Review, 84*(3), 231–259. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.3.231

Oberst, U., Charles, C., Chamarro, A. (2005). Influence of gender and age in aggressive dream content of Spanish children and adolescents. *Dreaming, 15*(3), 170–177. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.15.3.170

Obuchowska, I. (1989). Przemoc w wychowaniu. *Kwartalnik Pedagogiczny, 4*, 27–41.

Obuchowska, I. (2009). Adolescencja. W: B. Harwas-Napierała i J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka. T. 2* (s. 163–201). Warszawa: PWN.

Ohbuchi, K., Kameda, M., Agarie, N. (1989). Apology as aggression control: Its role in mediating appraisal of and response to harm. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*(2), 219–227. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.219

O'Leary-Kelly, A.M., Griffin, R.W., Glew, D.J. (1996). Organization-motivated aggression: A research framework. *The Academy of Management Review, 21*(1), 225–253.

Oleszkowicz, A. (2006). *Bunt młodzieńczy. Uwarunkowania, formy, skutki*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Oleszkowicz, A., Senejko, A. (2018). *Psychologia dorastania*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Oleś, P. (2009). *Wprowadzenie do psychologii osobowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Oliver, M.B., Hyde, J.S. (1993). Gender differences in sexuality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 114*(1), 29–51. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.114.1.29

Olweus, D. (1979). Stability of aggressive reaction patterns in males: A review. *Psychological Bulletin, 86*(4), 852–875. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.86.4.852

O'Neal, E.C., Taylor, S.L. (1989). Status of the provoker, opportunity to retaliate, and interest in video violence. *Aggressive Behavior, 15*(2), 171–180. DOI: https://doi.org/10.1002/1098-2337(1989)15:2<171::AID-AB2480150205>3.0.CO;2-T

Orne, M.T. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. *American Psychologist, 17*(11), 776–783. DOI: https://doi.org/10.1037/h0043424

Orobio de Castro, B., Veerman, J.W., Koops, W., Bosch, J.D., Monshouwer, H.J. (2002). Hostile attribution of intent and aggressive behavior: A meta-analysis. *Child Development, 73*(3), 916–934. DOI: https://doi.org/10.1111/1467-8624.00447

Ostaszewska, J. (1965). Agresja. W: J. Ekel, J. Jaroszyński, J. Ostaszewska (red.), *Mały słownik psychologiczny* (s. 11). Warszawa: Wiedza Powszechna.

Ostrowska, K. (2002). *Kwestionariusz A-R. Podręcznik*. Warszawa: Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej.

Pagel, J.F. (1999). A dream can be gazpacho – searching for a definition of dream. *Dreamtime, 16*, 6–28.

Pagel, J.F. (2003). Dreaming is not a non-conscious electrophysiologic state. W: E.F., Pace- Schott, M. Solms, M. Blagrove, S. Harnad (red.), *Sleep and dreaming. Scientific advances and reconsiderations* (s. 196–200). New York: Cambridge University Press.

Pagel, J.F., Blagrove, M., Levin, R., States, B., Stickgold, B., White, S. (2001). Definitions of dream: A paradigm for comparing field descriptive specific studies of dream. *Dreaming, 11*(4), 195–202. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1012240307661

Paller, K.A., Voss, J.L. (2004). Memory reactivation and consolidation during sleep. *Learning and Memory, 11*(6), 664–670. DOI: https://doi.org/10.1101/lm.75704

Paul, F., Schredl, M. (2012). Male-female ratio in waking-life contacts and dream characters. *International Journal of Dream Research, 5*(2), 119–124. DOI: https://doi.org/10.11588/ijodr.2012.2.9406

Payne, J.D., Nadel, L. (2004). Sleep, dreams, and memory consolidation: The role of the stress hormone cortisol. *Learning and Memory, 11*(6), 671–678. DOI: https://doi.org/10.1101/lm.77104

Peña, M.E., Andreu, J.M., Graña, J.L., Pahlavan, F., Ramirez, J.M. (2008). Moderate and severe aggression justification in instrumental and reactive contexts. *Social Behavior and Personality, 36*(2), 229–238. DOI: https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.2.229

Pospiszyl, K. (1975). Badania porównawcze nad rodzajami agresji u młodzieży przestępczej. *Psychologia Wychowawcza, 2*, 234–242.

Punamäki, R.L. (1997). Determinants and mental health effects of dream recall among children living in traumatic conditions. *Dreaming, 7(4)*, 235–263. DOI: https://doi.org/10.1037/h0094481

Pużyński, S. (1986). Agresja. W: L. Korzeniowski i S. Pużyński (red.), *Encyklopedyczny słownik psychiatrii* (s. 12–13). Warszawa: Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich.

Pyszczynski, T., Greenberg, J. (1987). Toward an integration of cognitive and motivational perspectives on social influence: A biased hypothesis-testing model. *Advances in Experimental Social Psychology, 20*, 297–340. DOI: https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60417-7

Pytka, L. (2005). *Pedagogika resocjalizacyjna. Wybrane zagadnienia teoretyczne, diagnostyczne i metodyczne.* Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej.

Rajchert, J., Winiewski, M. (2017). Strength of excitation is negatively associated with aggressive behavior after interpersonal rejection. *Frontiers in Psychology, 8*(296), DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00296

Reber, A.S. (2002). *Słownik psychologii.* Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences, 23*(6), 877–901. DOI: https://doi.org/10.1017/s0140525x00004015

Revonsuo, A. (2003). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. W: E.F., Pace-Schott, M. Solms, M. Blagrove i S. Harnad (red.), *Sleep and dreaming. Scientific advances and reconsiderations* (s. 85–109). New York: Cambridge University Press.

Revonsuo, A., Valli, K. (2000). Dreaming and consciousness: Testing the threat simulation theory of the function of dreaming. *Psyche: An Interdisciplinary Journal of Research on Consciousness, 6*(8).

Revonsuo, A., Tarkko, K. (2002). Binding in dreams: The bizarreness of dream images and the unity of consciousness. *Journal of Consciousness Studies, 9*(7), 3–24.

Reykowski, J. (1977). Spontaniczna agresja i spontaniczne czynniki ją hamujące. *Przegląd Psychologiczny, 20*(2), 204–228.

Reykowski, J. (2002). O czterech poziomach regulacji zachowań agresywnych u człowieka. W: Ł. Jurasz-Dudzik (red.), *Człowiek i agresja* (s. 276–283). Warszawa: Wydawnictwo Sic!

Richardson, D.R., Green, L.R., Lago, T. (1998). The relationship between perspective-taking and nonaggressive responding in the face of an attack. *Journal of Personality, 66*(2), 235–256. DOI: https://doi.org/10.1111/1467-6494.00011

Richardson, D.R., Hammock, G.S., Smith, S.M., Gardner, W., Signo, M. (1994). Empathy as a cognitive inhibitor of interpersonal aggression. *Aggressive Behavior, 20*(4), 275–289. DOI: https://doi.org/10.1002/1098-2337(1994)20:4<275::AID-AB2480200402>3.0.CO;2-4

Robbins, M.C., Kilbride, P.L. (1971). Sex differences in dreams in Uganda. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 2*(4), 406–408. DOI: https://doi.org/10.1177/002202217100200413

Robbins, P.R., Tanck, R.H. (1988). Interest in dreams and dream recall. *Perceptual and Motor Skills, 66*(1), 291–294. DOI: https://doi.org/10.2466/pms.1988.66.1.291

Robins, R.W., Caspi, A., Moffitt, T.E. (2002). It's not just who you're with, it's who you are: Personality and relationship experiences across multiple relationships. *Journal of Personality, 70*(6), 925–964. DOI: https://doi.org/10.1111/1467-6494.05028

Rorschach, H. (1921). *Psychodiagnostik*. Bern: Bircher.

Rose, H., Rose, S. (2000). *Alas, poor Darwin: Arguments against evolutionary psychology*. Nowy York: Harmony Books.

Rosenzweig, S. (1981). The current status of the Rosenzweig Picture – Frustration Study as a measure of aggression in personality. W: P.F. Brain, D. Benton (red.), *Multidisciplinary approaches to aggression research* (s. 113–126). Amsterdam: Elsevier.

Ross, L. (1977). The intuitive psychologist and his shortcomings: Distortions in the attribution process. W: L. Berkowitz (red.), *Advances in experimental and social psychology.* New York: Academic Press.

Rosse, J.G., Stecher, M.D., Miller, J.L., Levin, R.A. (1998). The impact of response distortion on preemployment personality testing and hiring decisions. *Journal of Applied Psychology, 83*(4), 634–644. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-9010.83.4.634

Rothaus, P., Worchel, P. (1960). The inhibition of aggression under nonarbitrary frustration. *Journal of Personality, 28*(1), 108–117.

Rubin, Z., Peplau, L.A. (1975). Who believes in a just world? *Journal of Social Issues, 31*(3), 65–89. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1975.tb00997.x

Samson, H., de Koninck, J. (1986). Continuity or compensation between waking and dreaming: An exploration using the Eysenck Personality Inventory. *Psychological Reports, 58*(3), 871–874. DOI: https://doi.org/10.2466/pr0.1986.58.3.871

Sayed, L. (2011). *The function of dreams and dreaming: Moving towards an integrated understanding.*Pobrane z: https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/18083/sayed.pdf

Schneider, A., Domhoff, G.W. (2009). *The quantitative study of dreams*. Pobrane z: http://www.dreamresearch.net/

Schneider, A., Domhoff, G.W. (2016). *The classification and coding of social interactions.* Pobrane z: http://www2.ucsc.edu/dreams/Coding/interactions.html

Schneider, D.J. (1991). Social cognition. *Annual Review of Psychology, 42,* 527–561. DOI: https://doi.org/10.1146/annurev.ps.42.020191.002523

Schoen, J.L., Bowler, J.L., Schilpzand, M.C. (2018). Conditional reasoning test for creative personality: Rationale, theoretical development, and validation. *Journal of Management, 44*(4), 1651–1677. DOI: https://doi.org/10.1177/0149206315618012

Schredl, M. (2000). Gender differences in dream recall. *Journal of Mental Imagery, 24*(1–2), 169–176.

Schredl, M. (2001). Dreams of singles: Effects of waking-life social contacts on dream content. *Personality and Individual Differences, 31*(2), 269–275. DOI: https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00135-5

Schredl, M. (2002). Questionnaires and diaries as research instruments in dream research: Methodological issues. *Dreaming, 12*(1), 17–26. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1013890421674

Schredl, M. (2003). Effects of state and trait factors on nightmare frequency. *European Archives of Psychiatry & Clinical Neuroscience, 253*(5), 241–247. DOI: 10.1007/s00406-003-0438-1

Schredl, M. (2012). Continuity in studying the continuity hypothesis of dreaming is needed. *International Journal of Dream Research, 5*(1), 1–8. DOI: https://doi.org/10.11588/ijodr.2012.1.9306

Schredl, M., Brenner, C., Faul, C. (2002). Positive attitude towards dreams: Reliability and stability of a ten-item scale. *North American Journal of Psychology, 4*(3), 343–346.

Schredl, M., Ciric, P., Götz, S., Wittmann, L. (2003). Dream recall frequency, attitude towards dreams and openess to experience. *Dreaming, 13*(3), 145–153. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1025369311813

Schredl, M., Ciric, P., Götz, S., Wittmann, L. (2004). Typical dreams: Stability and gender differences. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied, 138*(6), 485–494. DOI: https://doi.org/10.3200/JRLP.138.6.485-494

Schredl, M., Doll, E. (1998). Emotions in diary dreams. *Consciousness and Cognition, 7*(4), 634–646. DOI: https://doi.org/10.1006/ccog.1998.0356

Schredl, M., Fulda, S. (2005). Reliability and stability of dream recall frequency. *Dreaming, 15*(4), 240–244. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.15.4.240

Schredl, M., Hofmann, F. (2003). Continuity between waking activities and dream activities. *Consciousness and Cognition, 12*(2), 298–308. DOI: https://doi.org/10.1016/S1053-8100(02)00072-7

Schredl, M., Jacob, S. (1998). Ratio of male and female characters in dream series. *Perceptual and Motor Skills, 86*(1), 198–200. DOI: https://doi.org/10.2466/pms.1998.86.1.198

Schredl, M., Loßnitzer, T., Vetter, S. (1998). Is the ratio of male and female dream characters related to the waking-life pattern of social contacts? *Perceptual and Motor Skills, 87*(2), 513–514. DOI: https://doi.org/10.2466/pms.1998.87.2.513

Schredl, M., Mathes, J. (2014). Are dreams of killing someone related to waking-life aggression? *Dreaming, 24*(3), 176–181. DOI: https://doi.org/10.1037/a0037213

Schredl, M., Nürnberg, C., Weiler, S. (1996). Dream recall, attitude toward dreams, and personality. *Personality and Individual Differences, 20*(5), 613–618. DOI: https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00216-2

Schredl, M., Piel, E. (2005). Gender differences in dreaming: Are they stable over time? *Personality and Individual Differences, 39*(2), 309–316. DOI: https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.01.016

Schredl, M., Piel, E. (2008). Interest in dream interpretation: A gender difference. *Dreaming, 18*(1), 11–15. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.18.1.11

Schredl, M., Reinhard, I. (2008). Gender differences in dream recall: A meta-analysis. *Journal of Sleep Research, 17*(2), 125–131. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.2008.00626.x

Schredl, M., Sahin, V., Schäfer, G. (1998). Gender differences in dreams: Do they reflect gender differences in waking life? *Personality and Individual Differences, 25*(3), 433–442. DOI: https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00035-X

Schwarz, N. (1999). Self-reports: How the questions shape the answers. *American Psychologist, 54*(2), 93–105. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.2.93

Siuta, J. (2006). *Inwentarz osobowości NEO-PI-R Paula T. Costy Jr i Roberta R. McCrae. Adaptacja polska. Podręcznik.* Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.

Skinner, B.F. (1938/1995). *Zachowanie się organizmów.* Warszawa: PWN.

Skorny, Z. (1968). *Psychologiczna analiza agresywnego zachowania się*. Warszawa: PWN.

Skorny, Z. (1987). *Proces socjalizacji dzieci i młodzieży*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.

Skorny, Z. (1989). *Mechanizmy regulacyjne ludzkiego działania*. Warszawa: PWN.

Słownik języka polskiego PWN, wersja 1.0 (2004). Warszawa: PWN.

Snell, A.F., Sydell, E.J., Lueke, S.B. (1999). Towards a theory of applicant faking: Integrating studies of deception. *Human Resource Management Review, 9*(2), 219–242. DOI: https://doi.org/10.1016/S1053-4822(99)00019-4

Snyder, F. (1970). The phenomenology of dreaming. W: L. Madow i L. Snow (red.), *The psychodynamic implications of the physiological studies on dreams* (s. 124–151). Springfield, IL: C.C. Thomas.

Solms, M. (1997). *The neuropsychology of dreams: A clinico-anatomical study*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Solms, M. (2000). Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences, 23*(6), 843–850. DOI: https://doi.org/10.1017/S0140525X00003988

Solms, M. (2001). The interpretation of dreams and the neurosciences. *Psychoanalysis and History, 3*(1), 79–91.

Solms, M. (2003). Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. W: E.F., Pace-Schott, M. Solms, M. Blagrove i S. Harnad (red.), *Sleep and dreaming. Scientific advances and reconsiderations* (s. 51–58). New York: Cambridge University Press.

Sommer, R., Barnes, G.E., Murray, R.P. (1992). Alcohol consumption, alcohol abuse, personality and female perpetrated spouse abuse. *Personality and Individual Differences, 13*(12), 1315–1323. DOI: https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90174-N

Spielberger, C.D., Jacobs, G., Russell, S.F., Crane, R.G. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. W: J.N. Butcher, C.D. Spielberger (red.), *Advances in personality assessment. Vol. 2* (s. 159–187). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Stairs, P., Blick, K. (1979). A survey of emotional content of dreams recalled by college students. *Psychological Reports, 45*, 839–842.

States, B.O. (2000). Dream bizarreness and inner thought. *Dreaming, 10*(4), 179–192. DOI: https://doi.org/10.1023/A:1009438406510

Stevens, A. (1996). *Private myths. Dreams and dreaming*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Stickgold, R., Hobson, J.A., Fosse, R., Fosse, M. (2001). Sleep, learning, and dreams: Off-line memory reprocessing. *Science, 294*(5544), 1052–1057. DOI: 10.1126/science.1063530

Strauch, I., Meier, B. (1996). *Search of dreams: Results of experimental dream research.* Albany, NY: State University of New York Press.

Strelau, J. (2004). Osobowość jako zespół cech. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki. T. 2* (s. 525–560). Gdańsk: GWP.

Strelau, J., Zawadzki, B. (1996). Temperament dimensions as related to the giant three and the big five factors: A psychometric approach. W: A. W. Bruszlinskij i T.N. Uszakowa (red.), *W.D. Niebylicyn: Żizń i naucznoje tworczestwo* (s. 260–280). Moskwa: Ładomir.

Szmigielska, B., Hołda, M. (2007). Students' views on the role of dreams in human life. *Dreaming, 17*(3), 152–158. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.17.3.152

Szpitalak, M., Polczyk, R. (2015). *Samoocena. Geneza, struktura, funkcje i metody pomiaru*. Kraków: WUJ.

Szymczak, M. (red.). (1992). *Słownik języka polskiego*. Warszawa: PWN.

Taylor, S.E. (1991). Asymmetrical effects of positive and negative events: The mobilization minimization hypothesis. *Psychological Bulletin, 110*(1), 67–85. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.67

Taylor, S.P. (1967). Aggressive behavior and physiological arousal as a function of provocation and the tendency to inhibit aggression. *Journal of Personality, 35*(2), 297–310. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1967.tb01430.x

Tedeschi, J.T., Felson, R.B. (1994). *Violence, aggression, and coercive actions.* Washington, DC: American Psychological Association.

Tedeschi, J.T., Nesler, M.S. (1993). Grievances: Development and reactions. W: R.B. Felson i J.T. Tedeschi (red.), *Aggression and violence: Social interactionist perspectives* (s. 13–46). Washington, DC: American Psychological Association.

Tedeschi, J.T., Quigley, B.M. (1996). Limitations of laboratory paradigms for studying aggression. *Aggression and Violent Behavior, 1*(2), 163–177. DOI: https://doi.org/10.1016/1359-1789(95)00014-3

Toch, H. (1993). Good violence and bad violence: Self-presentations of aggressors through accounts and war stories. W: R.B. Felson i J.T. Tedeschi (red.), *Aggression and violence: Social interactionist perspectives* (s. 193–206). Washington, DC: American Psychological Association.

Tonay, V. (1990–1991). California women and their dreams: A historical and sub-cultural comparison of dream content. *Imagination, Cognition, and Personality, 10*, 83–97.

Tooby, J., Cosmides, L. (1995). Mapping the evolved functional organization of mind and brain. W: M.S. Gazzaniga (red.), *The cognitive neurosciences* (s. 1185–1197). Cambridge, MA: MIT Press.

Tornhill, R., Tornhill, N.W. (1991). Coercive sexuality of men: Is there psychological adaptation to rape? W: E. Grauerholz i M.A. Koralewski (red.), *Sexual coercion: A sourcebook on its nature, causes, and prevention* (s. 91–107). Lexington, MA: Lexington Books.

Trinder, J., Kramer, M. (1971). Dream recall. *American Journal of Psychiatry, 128*(3), 296–301. DOI: https://doi.org/10.1176/ajp.128.3.296

Twenge, J.M., Baumeister, R.F., Tice, D.M., Stucke, T.S. (2001). If you can't join them, beat them: Effects of social exclusion on aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*(6), 1058–1069. DOI: https://doi.org/10.1037//0022-3514.81.6.1058

Van den Bulck, J. (2004). Media use and dreaming: The relationship among television viewing, computer game play, and nightmares or pleasant dreams. *Dreaming, 14*(1), 43–49. DOI: https://doi.org/10.1037/1053-0797.14.1.43

Vasta, R., Haith, M.M., Miller, S.A. (2004). *Psychologia dziecka*. Warszawa: WSiP.

Vedfelt, O. (1998). *Wymiary snów. Istota, funkcje i znaczenie marzeń sennych*. Warszawa: Eneteia.

Volpe, N., Levin, R. (1998). Attributional style, dreaming and depression. *Personality and Individual Differences, 25*(6), 1051–1061. DOI: https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00073-7

Walters, R.H., Brown, M. (1963). Studies of reinforcement of aggression. III. Transfer of responses to an interpersonal situation. *Child Development, 34*(3), 563–571. DOI: https://doi.org/10.2307/1126752

Watson, D. (2003). To dream, perchance to remember: Individual differences in dream recall. *Personality and Individual Differences, 34*(7), 1271–1286. DOI: https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00114-9

Watson, J.B. (1925/1990). *Behawioryzm oraz Psychologia, jak widzi ją behawiorysta.* Warszawa: PWN.

Wegner, D.M., Vallacher, R.R. (1977). *Implicit psychology: An introduction to social cognition.* New York: Oxford University Press.

Westen, D. (1990). Psychoanalytic approaches to personality. W: L.A. Pervin (red.), *Handbook of personality: Theory and research* (s. 21–65). New York: Guilford Press.

Westen, D. (1991). Social cognition and object relations. *Psychological Bulletin, 109*(3), 429-455. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-2909.109.3.429

Winget, C., Kramer, M., Whitman, R.M. (1972). Dreams and demography. *Canadian Psychiatry Association Journal, 17*(6), 203–208. DOI: https://doi.org/10.1177/070674377201760S232

Wingrove, J., Bond, A.J. (1998). Angry reactions to failure on a cooperative computer game: The effect of trait hostility, behavioural inhibition, and behavioural activation. *Aggressive Behavior, 24*(1), 27–36. DOI: https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1998)24:1<27::AID-AB3>3.0.CO;2-P

Winter, D.G., John, O.P., Stewart, A.J., Klohnen, E.C., Duncan, L.E. (1998). Traits and motives: Toward an integration of two traditions in personality research. *Psychological Review, 105*(2), 230–250. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.105.2.230

Wojciszke, B. (2015). *Psychologia społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Wolińska, J.M. (2003). *Agresywność młodzieży. Problem indywidualny i społeczny*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.

Woods, D.J, Ceol, S., Ferrandez, G. (1977). Dream reports and the test of emotional styles: A convergent-discriminant validity study. *Journal of Clinical Psychology, 33*(4), 1021–1022. DOI: https://doi.org/10.1002/1097-4679(197710)33:4<1021::aid-jclp2270330420>3.0.co;2-a

Wright, J.C., Mischel, W. (1987). A conditional approach to dispositional constructs: The local predictability of social behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(6), 1159–1177. DOI: https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.6.1159

Zadra, A., Desjardins, S., Marcotte, E. (2006). Evolutionary function of dreams: A test of the threat simulation theory in recurrent dreams. *Consciousness and Cognition, 15*(2), 450–463. DOI: https://doi.org/10.1016/j.concog.2005.02.002

Zadra, A., Donderi, D.C. (2000). Nightmares and bad dreams: Their prevalence and relationship to well-being. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(2), 273–281.

Załuski, W. (2009). *Ewolucyjna filozofia prawa*. Warszawa: Wolters Kluwer Polska.

Zawadzki, B., Strelau, J. (1997). *Formalna Charakterystyka Zachowania – Kwestionariusz Temperamentu (FCZ-KT). Podręcznik.* Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.

Zhan, J., Ren, J., Fan, J., Luo, J. (2015). Distinctive effects of fear and sadness induction on anger and aggressive behavior. *Frontiers in Psychology*, *6*(725). DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00725

Zickar, M.J., Robie, C. (1999). Modeling faking good on personality items: An item-level analysis. *Journal of Applied Psychology*, *84(4),* 551–563. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-9010.84.4.551

Ziemska, M. (1977). *Rodzina a osobowość*. Warszawa: WP.

Zillmann, D. (1979). *Hostility and aggression*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Zillmann, D. (1983). Arousal and aggression. W: R.G. Geen i E.I. Donnerstein (red.), *Aggression: Theoretical and empirical reviews. Vol. 1* (s. 75–101). New York: Academic Press.

Zillmann, D., Cantor, J.R. (1977). Affective responses to the emotions of a protagonist. *Journal of Experimental Social Psychology*, *13*(2), 155–165. DOI: https://doi.org/10.1016/S0022-1031(77)80008-5

Zimbardo, P.G., Johnson, R.L., McCann, V. (2010). *Psychologia. Kluczowe koncepcje. T. 2: Motywacja i uczenie się*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Zumkley, H. (1994). The stability of aggressive behavior: A meta-analysis. *German Journal of Psychology*, *18*(4), 273–281.

Żygulski, K. (1998). Agresja. W: W. Szewczuk (red.), *Encyklopedia psychologii* (s. 1–4). Warszawa: Fundacja Innowacja.

Aneks

Załącznik 1. Tabele

Załącznik 1a

Statystyki opisowe dla poszczególnych itemów w SOS (N = 186)

	Min	Max	*M*	*SD*
1. Wykłóca się z innymi osobami.	1,0	6,0	2,64	1,46
2. Rozpowszechnia złośliwe plotki o innych osobach.	1,0	6,0	1,61	1,04
3. Ubliża innym osobom.	1,0	6,0	1,71	1,15
4. Przymusza werbalnie inne osoby, by robiły to, czego ona/on chce.	1,0	6,0	2,22	1,53
5. Rzuca bezpodstawne oskarżenia wobec innych osób.	1,0	7,0	1,63	1,09
6. Grozi werbalnie wyrządzeniem krzywdy innym osobom.	1,0	6,0	1,32	0,95
7. Uderza inne osoby.	1,0	6,0	1,23	0,75
8. Bierze udział w napaściach na inne osoby.	1,0	4,0	1,04	0,28
9. Kradnie mienie należące do innych osób.	1,0	5,0	1,13	0,58
10. Niszczy mienie należące do innych osób.	1,0	5,0	1,13	0,57
11. Zmusza fizycznie inne osoby do wykonywania różnych czynności.	1,0	4,0	1,11	0,49
12. Popycha inne osoby.	1,0	5,0	1,24	0,66

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

	Min	Max	*M*	*SD*
13. Bezpodstawnie krytykuje innych.	1,0	7,0	1,87	1,26
14. Próbuje zastraszać inne osoby.	1,0	6,0	1,25	0,75
15. Grozi innym osobom ostrymi narzędziami.	1,0	7,0	1,06	0,58
16. Obraża inne osoby.	1,0	7,0	1,69	1,07
17. Kłóci się z innymi osobami.	1,0	7,0	2,79	1,50
18. Poniża inne osoby.	1,0	6,0	1,32	0,82
19. Nie reaguje, gdy komuś dzieje się krzywda.	1,0	7,0	2,33	1,49
20. Celowo zataja informacje, które mogłyby zapobiec powstaniu problemu.	1,0	6,0	2,03	1,39
21. Udaje, że nie słyszy, gdy ktoś zwraca jej/jemu uwagę.	1,0	7,0	1,97	1,31
22. Zgłasza gotowość spełnienia prośby, po czym nie robi tego lub celowo wykonuje z opóźnieniem.	1,0	7,0	1,80	1,26
23. Gdy ktoś ją/jego zdenerwuje, przestaje się odzywać do tej osoby.	1,0	7,0	3,02	1,75
24. Uporczywie milczy, gdy druga osoba oczekuje odpowiedzi na swoje pytanie.	1,0	7,0	2,17	1,55
25. Oddaje, gdy ktoś ją/jego uderzy.	1,0	7,0	2,60	1,64
26. Gdy ktoś ją/jego obraża, odwdzięcza się tym samym.	1,0	7,0	3,01	1,65
27. Mści się na osobach, które zrobiły jej/jemu przykrość.	1,0	7,0	2,07	1,45
28. Podnosi głos na osobę, która ją/jego zezłościła.	1,0	7,0	3,37	1,89
29. Obwinia innych za własne niepowodzenia.	1,0	6,0	2,12	1,43
30. Złości się na inne osoby, gdy musi na nie czekać.	1,0	7,0	3,18	1,88
31. Gdy ktoś ją/jego rozzłości, niszczy przedmioty znajdujące się w otoczeniu.	1,0	6,0	1,48	1,09
32. Podburza innych przeciwko osobie, która ją/jego obraziła.	1,0	6,0	1,61	1,18
33. Gdy ktoś jej/jemu dokuczy, odgrywa się na innych osobach.	1,0	6,0	1,68	1,20

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Min	Max	*M*	*SD*
34. Obgaduje inne osoby za ich plecami.	1,0	7,0	2,27	1,46
35. Gdy ktoś ją/jego rozzłości, kopie pobliskie przedmioty.	1,0	6,0	1,33	0,91
36. W złości trzaska drzwiami.	1,0	7,0	2,24	1,53
37. Wchodzi w jawne konflikty z innymi osobami.	1,0	7,0	1,97	1,30
38. Nie kryje swojej wrogości do osób, których nie lubi.	1,0	7,0	2,70	1,60
39. Donosi na inne osoby.	1,0	7,0	1,33	0,88
40. Mówi przykre rzeczy na temat innych osób w ich obecności.	1,0	7,0	1,60	1,22
41. Okazuje pogardę innym osobom.	1,0	7,0	1,70	1,30
42. Lekceważy inne osoby.	1,0	7,0	1,91	1,35
43. W jej/jego wypowiedziach przeważają emocje negatywne.	1,0	6,0	2,03	1,26
44. Opowiada obraźliwe dowcipy.	1,0	6,0	1,58	1,16
45. Imponują jej/jemu osoby stosujące przemoc.	1,0	6,0	1,25	0,75
46. Jest podejrzliwa/y wobec osób zachowujących się przyjaźnie wobec niej/niego.	1,0	7,0	1,95	1,25
47. Jest zazdrosna/y o osiągnięcia innych osób.	1,0	7,0	2,16	1,45
48. Usprawiedliwia agresywne zachowania innych osób.	1,0	7,0	1,84	1,33
49. Prowokuje innych do kłótni.	1,0	7,0	1,70	1,19
50. Wszczyna bójki.	1,0	5,0	1,12	0,59
51. Robi na złość innym bez powodu.	1,0	5,0	1,33	0,80
52. Szuka zaczepki.	1,0	5,0	1,43	1,04
53. Robi złośliwe żarty innym osobom.	1,0	6,0	1,57	1,04
54. Bez powodu podważa wypowiedzi innych osób, nie podając uzasadnienia.	1,0	6,0	1,59	1,14
55. Odgryza się, gdy ktoś zwróci jej/jemu uwagę.	1,0	7,0	2,82	1,65
56. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od znajomych urywa z nimi kontakt.	1,0	7,0	1,90	1,31

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Min	Max	*M*	*SD*
57. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od rodziców/ opiekunów/ współlokatorów zaniedbuje obowiązki domowe.	1,0	7,0	1,97	1,30
58. Mści się, gdy ktoś z niej/niego zażartuje.	1,0	7,0	1,78	1,33
59. Gdy zostanie sprowokowana/y, obrzuca innych wyzwiskami.	1,0	6,0	1,61	1,27
60. Gdy zostanie sprowokowana/y, rzuca przedmiotami.	1,0	6,0	1,33	1,00
61. Sprawia przykrość innym osobom, żeby im dokuczyć.	1,0	7,0	1,49	1,15
62. Cieszy się, gdy innej osobie dzieje się krzywda.	1,0	7,0	1,40	1,00
63. Zachowuje się w sposób natarczywy (napastliwy, nachalny, natrętny, naprzykrzający się, namolny).	1,0	7,0	1,41	1,07
64. Kłamie, żeby zaszkodzić drugiej osobie.	1,0	7,0	1,31	0,92
65. Celowo robi rzeczy, które budzą gniew u innych.	1,0	7,0	1,51	1,11
66. Gdy komuś zależy na czasie, celowo robi wszystko wolniej.	1,0	7,0	1,45	1,01
67. Bierze bez pytania rzeczy innych osób.	1,0	7,0	1,71	1,22
68. Popełnia plagiat.	1,0	6,0	1,37	0,98
69. Zrzuca winę na inną osobę, aby nie ponieść zasłużonej kary.	1,0	6,0	1,47	1,06
70. Oszukuje, żeby uzyskać coś dla siebie.	1,0	6,0	1,49	1,01
71. Jeśli czegoś chce, zdobywa to za wszelką cenę.	1,0	7,0	2,40	1,71
72. Zmusza domowników do wykonywania za nią/niego należących do niej/niego obowiązków domowych.	1,0	7,0	1,91	1,27

Załącznik 1b

Moc dyskryminacyjna itemów w SOS

	SKIS	Alfa Cronbacha po usunięciu pozycji
1. Wykłóca się z innymi osobami.	,62	,97
2. Rozpowszechnia złośliwe plotki o innych osobach.	,67	,97
3. Ubliża innym osobom.	,65	,97
4. Przymusza werbalnie inne osoby, by robiły to, czego ona/on chce.	,57	,97
5. Rzuca bezpodstawne oskarżenia wobec innych osób.	,58	,97
6. Grozi werbalnie wyrządzeniem krzywdy innym osobom.	,55	,97
7. Uderza inne osoby.	,48	,97
8. Bierze udział w napaściach na inne osoby.	,50	,97
9. Kradnie mienie należące do innych osób.	,54	,97
10. Niszczy mienie należące do innych osób.	,50	,97
11. Zmusza fizycznie inne osoby do wykonywania różnych czynności.	,44	,97
12. Popycha inne osoby.	,49	,97
13. Bezpodstawnie krytykuje innych.	,67	,97
14. Próbuje zastraszać inne osoby.	,55	,97
15. Grozi innym osobom ostrymi narzędziami.	,33	,97
16. Obraża inne osoby.	,67	,97
17. Kłóci się z innymi osobami.	,63	,97
18. Poniża inne osoby.	,63	,97
19. Nie reaguje, gdy komuś dzieje się krzywda.	,29	,97
20. Celowo zataja informacje, które mogłyby zapobiec powstaniu problemu.	,46	,97
21. Udaje, że nie słyszy, gdy ktoś zwraca jej/jemu uwagę.	,50	,97

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

	SKIS	Alfa Cronbacha po usunięciu pozycji
22. Zgłasza gotowość spełnienia prośby, po czym nie robi tego lub celowo wykonuje z opóźnieniem.	,49	,97
23. Gdy ktoś ją/jego zdenerwuje, przestaje się odzywać do tej osoby.	,48	,97
24. Uporczywie milczy, gdy druga osoba oczekuje odpowiedzi na swoje pytanie.	,57	,97
25. Oddaje, gdy ktoś ją/jego uderzy.	,48	,97
26. Gdy ktoś ją/jego obraża, odwdzięcza się tym samym.	,61	,97
27. Mści się na osobach, które zrobiły jej/jemu przykrość.	,64	,97
28. Podnosi głos na osobę, która ją/jego zezłościła.	,57	,97
29. Obwinia innych za własne niepowodzenia.	,61	,97
30. Złości się na inne osoby, gdy musi na nie czekać.	,48	,97
31. Gdy ktoś ją/jego rozzłości, niszczy przedmioty znajdujące się w otoczeniu.	,46	,97
32. Podburza innych przeciwko osobie, która ją/jego obraziła.	,69	,97
33. Gdy ktoś jej/jemu dokuczy, odgrywa się na innych osobach.	,72	,97
34. Obgaduje inne osoby za ich plecami.	,67	,97
35. Gdy ktoś ją/jego rozzłości, kopie pobliskie przedmioty.	,51	,97
36. W złości trzaska drzwiami.	,55	,97
37. Wchodzi w jawne konflikty z innymi osobami.	,65	,97
38. Nie kryje swojej wrogości do osób, których nie lubi.	,51	,97
39. Donosi na inne osoby.	,62	,97
40. Mówi przykre rzeczy na temat innych osób w ich obecności.	,65	,97
41. Okazuje pogardę innym osobom.	,54	,97

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	SKIS	Alfa Cronbacha po usunięciu pozycji
42. Lekceważy inne osoby.	,70	,97
43. W jej/jego wypowiedziach przeważają emocje negatywne.	,53	,97
44. Opowiada obraźliwe dowcipy.	,47	,97
45. Imponują jej/jemu osoby stosujące przemoc.	,62	,97
46. Jest podejrzliwa/y wobec osób zachowujących się przyjaźnie wobec niej/niego.	,46	,97
47. Jest zazdrosna/y o osiągnięcia innych osób.	,55	,97
48. Usprawiedliwia agresywne zachowania innych osób.	,57	,97
49. Prowokuje innych do kłótni.	,66	,97
50. Wszczyna bójki.	,52	,97
51. Robi na złość innym bez powodu.	,67	,97
52. Szuka zaczepki.	,63	,97
53. Robi złośliwe żarty innym osobom.	,52	,97
54. Bez powodu podważa wypowiedzi innych osób, nie podając uzasadnienia.	,61	,97
55. Odgryza się, gdy ktoś zwróci jej/jemu uwagę.	,63	,97
56. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od znajomych urywa z nimi kontakt.	,59	,97
57. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od rodziców/ opiekunów/ współlokatorów zaniedbuje obowiązki domowe.	,35	,97
58. Mści się, gdy ktoś z niej/niego zażartuje.	,67	,97
59. Gdy zostanie sprowokowana/y, obrzuca innych wyzwiskami.	,67	,97
60. Gdy zostanie sprowokowana/y, rzuca przedmiotami.	,52	,97
61. Sprawia przykrość innym osobom, żeby im dokuczyć.	,71	,97
62. Cieszy się, gdy innej osobie dzieje się krzywda.	,66	,97

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	SKIS	Alfa Cronbacha po usunięciu pozycji
63. Zachowuje się w sposób natarczywy (napastliwy, nachalny, natrętny, naprzykrzający się, namolny).	,66	,97
64. Kłamie, żeby zaszkodzić drugiej osobie.	,61	,97
65. Celowo robi rzeczy, które budzą gniew u innych.	,72	,97
66. Gdy komuś zależy na czasie, celowo robi wszystko wolniej.	,64	,97
67. Bierze bez pytania rzeczy innych osób.	,58	,97
68. Popełnia plagiat.	,57	,97
69. Zrzuca winę na inną osobę, aby nie ponieść zasłużonej kary.	,64	,97
70. Oszukuje, żeby uzyskać coś dla siebie.	,61	,97
71. Jeśli czegoś chce, zdobywa to za wszelką cenę.	,53	,97
72. Zmusza domowników do wykonywania za nią/niego należących do niej/niego obowiązków domowych.	,34	,97

Załącznik 1c

Wyniki dla poszczególnych ścieżek w weryfikowanym modelu

	Błędy standardowe	*z*	*p*	Współczynniki standaryzowane
A_werb =~				
p1				0,663
p2	0,085	8,116	<,001	0,647
p3	0,096	8,972	<,001	0,725
p4	0,126	8,021	<,001	0,638
p5	0,090	8,028	<,001	0,639
p6	0,078	7,448	<,001	0,588
A_fiz =~				
p7				0,688
p8	0,044	8,283	<,001	0,672
p9	0,092	8,808	<,001	0,719
p10	0,090	9,099	<,001	0,746
p11	0,077	8,020	<,001	0,649
p12	0,102	7,667	<,001	0,618
A_czynna =				
p13				0,752
p14	0,058	8,992	<,001	0,663
p15	0,046	6,516	<,001	0,490
p16	0,081	11,447	<,001	0,826
p17	0,117	8,413	<,001	0,623
p18	0,063	9,949	<,001	0,727
A_bierna =				
p19				0,331
p20	0,426	3,975	<,001	0,598
p21	0,426	4,059	<,001	0,648
p22	0,364	3,881	<,001	0,551

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

	Błędy standardowe	*z*	*p*	Współczynniki standaryzowane
p23	0,584	4,093	<,001	0,672
p24	0,567	4,189	<,001	0,751
A_bezpos =				
p25				0,544
p26	0,194	7,361	<,001	0,777
p27	0,159	6,705	<,001	0,660
p28	0,211	6,860	<,001	0,685
p29	0,150	6,141	<,001	0,576
p30	0,200	6,335	<,001	0,603
A_posr =~				
p31				0,517
p32	0,221	6,916	<,001	0,733
p33	0,230	7,072	<,001	0,766
p34	0,271	6,802	<,001	0,710
p35	0,154	6,046	<,001	0,579
p36	0,258	5,990	<,001	0,571
A_jawna =~				
p37				0,690
p38	0,139	7,556	<,001	0,589
p39	0,077	8,389	<,001	0,658
p40	0,107	9,385	<,001	0,741
p41	0,113	8,184	<,001	0,641
p42	0,119	9,439	<,001	0,746
A_ukryta =				
p43				0,579
p44	0,142	6,129	<,001	0,549
p45	0,099	7,165	<,001	0,683
p46	0,154	6,182	<,001	0,555
p47	0,181	6,473	<,001	0,591

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Błędy standardowe	*z*	*p*	Współczynniki standaryzowane
p48	0,169	6,746	<,001	0,626
A_niespr =				
p49				0,663
p50	0,061	7,584	<,001	0,610
p51	0,084	9,222	<,001	0,762
p52	0,108	8,538	<,001	0,697
p53	0,106	7,512	<,001	0,603
p54	0,117	7,702	<,001	0,620
A_odwet =~				
p55				0,677
p56	0,094	8,146	<,001	0,651
p57	0,091	4,891	<,001	0,380
p58	0,096	8,371	<,001	0,671
p59	0,092	9,167	<,001	0,742
p60	0,071	7,788	<,001	0,620
A_wroga =~				
p61				0,794
p62	0,072	11,698	<,001	0,770
p63	0,078	10,802	<,001	0,724
p64	0,069	9,805	<,001	0,670
p65	0,080	11,695	<,001	0,770
p66	0,073	11,230	<,001	0,747
A_instr =~				
p67				0,659
p68	0,104	8,914	<,001	0,762
p69	0,115	9,635	<,001	0,844
p70	0,107	8,609	<,001	0,730
p71	0,173	6,342	<,001	0,515
p72	0,127	5,480	<,001	0,439

Załącznik 1d

Wartości ładunków czynnikowych w kwestionariuszu SOS

	Składowa															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
I.																
1.	**,61**	,34	,02	−,20	,15	−,05	−,29	−,09	−,05	−,06	−,16	,13	−,03	,09	,00	−,07
2.	**,69**	−,05	−,06	,26	−,17	,02	,01	−,03	,00	,13	,24	,06	,09	,15	,08	−,04
3.	**,66**	,21	−,15	−,08	−,20	−,04	−,19	,11	−,10	−,32	,02	,10	−,07	,07	−,05	,09
4.	**,57**	,27	−,20	,00	,11	,04	−,21	,09	,01	,05	,05	−,12	,09	,10	−,18	−,16
5.	**,60**	,05	−,27	,14	−,14	,18	−,05	,02	−,25	,08	,36	,18	−,07	−,01	−,05	−,04
6.	**,59**	−,23	−,38	−,10	,16	,02	−,09	,18	,12	,00	−,05	−,01	−,13	,02	−,26	−,05
II.																
7.	**,54**	−,38	,02	−,44	,06	,01	−,04	−,12	,05	,18	,04	,06	−,15	−,10	−,18	,08
8.	**,54**	−,43	,29	−,02	−,16	,15	−,16	,13	−,20	,04	,11	−,02	−,24	,01	−,15	,17
9.	**,59**	−,43	,18	,08	,11	−,03	−,11	−,03	−,12	−,22	,11	−,02	,19	,14	−,05	,13
10.	**,56**	−,45	,04	−,05	,12	−,26	−,06	,04	,06	−,09	,09	−,04	−,02	,27	−,08	,08
11.	**,50**	−,44	−,41	−,26	,06	,00	−,01	−,08	−,01	−,06	−,04	−,19	,06	,05	,15	,06
12.	**,53**	−,20	−,03	−,30	,16	−,22	−,13	−,29	,25	,11	−,10	−,15	,01	,09	,11	,01

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
III.																
13.	**,68**	,09	−,27	,04	,17	−,12	,00	−,21	,15	−,09	,12	,00	−,03	,12	,22	−,02
14.	**,59**	−,17	−,46	−,21	,12	−,08	−,03	,06	,17	,02	−,25	−,05	−,10	,01	−,11	,03
15.	**,37**	−,35	−,63	−,18	,15	,09	,14	,15	,03	−,06	,10	−,04	,20	,01	,18	−,03
16.	**,70**	,01	−,38	−,12	−,10	−,02	−,13	−,14	−,02	−,18	,07	,05	,00	−,05	,20	,01
17.	**,61**	,47	,07	−,18	,13	−,14	−,20	−,13	,05	−,12	−,12	,00	,02	,07	,01	−,04
18.	**,66**	,04	−,20	,01	−,15	−,02	−,19	−,04	−,24	−,33	−,10	−,07	−,03	−,16	,13	,08
IV.																
19.	**,29**	,10	,09	,15	,02	−,28	−,24	,20	−,03	,06	,22	,15	,22	,19	−,11	,47
20.	**,46**	,14	−,11	,37	,23	−,18	,13	,15	−,01	,26	,02	−,07	,14	,11	,01	,13
21.	**,51**	,03	−,21	,37	,20	−,11	−,02	−,02	−,10	,08	−,03	,08	,10	−,05	,06	,18
22.	**,50**	,05	,06	,23	,25	−,07	−,04	−,10	−,13	−,04	−,13	,22	−,03	−,10	,03	,16
23.	**,47**	,34	−,28	,05	,16	,04	−,10	,04	−,21	,39	−,11	,17	−,03	,00	,12	,12
24.	**,57**	,23	−,29	,13	,19	,16	−,09	,16	−,10	,31	−,16	,09	,02	−,22	,05	,05
V.																
25.	**,49**	,14	,15	−,22	−,09	−,03	,31	−,12	,03	,06	,14	−,33	−,24	,09	,06	,27

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
26.	**,61**	,34	−,13	−,26	−,02	,12	,17	−,17	−,18	−,09	,16	−,09	−,16	,16	−,03	,14
27.	**,65**	,14	−,29	,07	−,21	,02	,19	,08	−,14	,11	,02	−,18	,01	−,01	−,17	−,13
28.	**,56**	,45	,08	−,25	,19	,12	−,11	−,18	,11	−,06	,10	−,07	−,14	,03	−,03	,05
29.	**,61**	,17	,05	,13	,10	,14	−,16	,00	,24	−,11	,02	,21	,00	,08	−,21	−,10
30.	**,47**	,41	,00	−,07	,23	,31	,02	,10	,16	−,06	,17	−,11	−,14	,02	−,14	−,04
VI. 31.	**,48**	−,10	,39	−,22	,29	−,05	,11	,24	−,18	,10	,05	−,07	,04	,22	,19	−,30
32.	**,71**	,09	−,10	,22	−,21	−,13	,05	,02	−,18	,02	,03	−,24	−,08	,00	,00	−,10
33.	**,73**	,10	−,05	−,12	−,02	,00	,21	,08	−,13	−,07	,02	,03	,07	−,06	−,19	−,14
34.	**,67**	,13	−,04	,21	−,05	−,09	,09	−,08	−,17	−,01	,24	,03	−,02	−,07	,00	−,13
35.	**,54**	−,14	,37	−,27	,20	−,01	,22	,22	−,34	,02	,01	,02	,10	−,01	,08	,01
36.	**,54**	,26	,35	−,09	,15	,11	−,10	−,01	−,06	−,05	,05	−,13	,18	−,15	,30	,06
VII. 37.	**,66**	,15	,22	−,17	,03	,02	−,07	,22	,13	−,09	−,09	−,14	,08	−,18	,01	−,10
38.	**,50**	,31	,29	−,03	−,31	−,01	−,10	,04	−,06	,14	,01	−,09	,11	,21	,04	−,13
39.	**,66**	−,23	,14	,02	−,16	,03	−,22	,14	,01	−,08	−,13	−,13	,21	−,04	−,04	−,03

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
40.	**,68**	,01	,04	−,16	−,34	−,18	−,11	−,06	−,05	,13	−,15	−,03	−,01	,11	,04	−,16
41.	**,56**	,15	,01	−,04	−,29	−,30	−,04	,20	−,11	−,25	−,14	,30	−,04	,06	−,03	−,12
42.	**,70**	,21	−,08	−,06	−,21	−,12	,12	,12	−,05	−,01	,02	−,03	,00	−,07	,12	−,06
VIII. 43.	**,53**	,13	,16	,04	,11	−,11	−,04	,38	,32	,01	−,03	,07	−,05	,17	,14	−,06
44.	**,48**	,18	,03	−,14	−,18	−,17	,47	−,15	,20	−,11	,11	,21	,28	−,11	−,14	,03
45.	**,65**	−,07	−,26	−,16	−,11	−,03	,26	,23	,18	−,10	−,12	−,01	,07	−,10	,07	,12
46.	**,47**	,05	,08	,30	−,17	−,10	,09	,28	,27	−,07	−,05	−,01	−,26	−,12	,23	,12
47.	**,56**	,03	,12	,26	,13	,15	−,03	,11	,25	−,25	,31	,16	−,05	−,10	,16	−,02
48.	**,58**	−,01	,29	,11	,10	−,04	,17	,02	,19	,06	,13	−,15	,15	−,25	−,04	,11
IX. 49.	**,66**	,21	,18	−,01	−,08	,14	−,06	−,01	,17	,10	−,15	−,11	,18	−,08	,00	,09
50.	**,55**	−,11	,20	−,21	−,34	,17	−,29	,04	−,03	,15	−,05	−,08	−,11	−,12	−,10	,28
51.	**,71**	−,20	,08	−,11	−,02	−,05	−,09	−,15	,04	,05	−,05	,20	−,06	−,26	,10	−,08
52.	**,66**	−,07	−,05	−,12	−,11	,42	−,14	−,07	,04	,06	,12	−,04	,33	−,16	,01	,00
53.	**,55**	−,14	,08	−,05	−,06	,07	,07	−,48	,02	,03	,09	,28	,17	−,04	,03	,00

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa															
	1	2	3	4	5	**6**	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
54.	**,63**	−,11	,06	,21	,17	−,06	,00	−,13	,03	,08	,09	,12	−,21	−,04	−,03	−,15
X. 55.	**,62**	,32	,21	−,15	,09	,10	,10	−,17	,07	,05	,08	−,02	−,15	,11	,00	,04
56.	**,60**	−,07	,16	,03	,29	,23	,11	,15	,00	−,01	−,15	,14	−,21	−,03	−,14	,04
57.	,37	−,21	,06	,13	−,17	**,52**	,26	,09	−,03	−,19	−,19	,17	−,14	,26	,16	,06
58.	**,68**	,03	−,24	,02	−,03	,07	,34	−,02	−,03	,16	−,09	,09	−,10	,03	,00	−,06
59.	**,69**	,06	,14	−,26	,09	−,16	,23	−,08	−,11	−,16	−,13	,09	−,03	−,15	−,08	,08
60.	**,55**	−,17	,26	−,35	,22	,06	,12	,12	−,28	,02	−,02	,10	,16	,07	−,05	−,05
XI. 61.	**,75**	−,14	,08	−,11	−,18	−,05	,02	−,13	,04	,33	−,10	,21	,00	,05	,02	−,04
62.	**,70**	−,18	,06	−,03	−,28	−,23	−,01	,01	,22	,15	,14	,12	−,04	,17	−,03	−,05
63.	**,71**	−,39	−,16	−,03	,07	,09	−,08	,12	,09	−,01	,27	−,03	−,05	−,06	−,05	−,08
64.	**,64**	−,12	,19	,38	−,21	−,02	−,05	−,09	−,07	,02	,00	−,18	−,19	−,21	,03	−,06
65.	**,74**	−,06	,09	,07	−,15	−,04	,14	,04	,22	,17	−,14	−,04	−,01	,03	,10	,08
66.	**,68**	−,29	,19	,07	−,03	,18	−,18	,01	,09	,04	−,07	,07	,10	−,08	,09	−,16
XII. 67.	**,60**	−,11	−,06	,22	,19	−,01	−,10	−,12	−,26	−,08	−,08	−,22	−,07	,12	,20	,02

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
68.	**,60**	−,28	,20	,34	,18	−,10	−,01	−,18	,03	−,07	,05	−,20	−,06	−,06	−,08	−,17
69.	**,65**	−,09	,05	,46	,18	−,16	,01	−,14	−,04	,01	−,13	−,10	−,05	−,06	−,16	−,08
70.	**,63**	−,07	,13	,22	,10	−,17	,20	−,08	−,12	−,21	−,23	−,02	,04	−,09	−,19	,07
71.	**,53**	,18	−,17	,24	−,10	,19	,04	−,05	,08	−,08	−,12	−,26	,29	,11	−,27	,01
72.	,36	−,13	,09	**,39**	−,06	,38	,12	−,24	,08	−,06	−,31	,07	,10	,37	,03	,05

Załącznik 1e

Wartości ładunków czynnikowych dla pięciu czynników SOS

	Składowa				
	1	2	3	4	5
I					
1.	**0,59**	**0,43**	0,03	0,11	−0,03
2.	**0,70**	−0,16	0,00	−0,21	0,11
3.	**0,67**	0,18	−0,04	−0,19	−0,17
4.	**0,55**	0,34	−0,10	−0,12	0,10
5.	**0,60**	0,01	−0,15	−0,29	0,04
6.	**0,54**	0,03	**−0,53**	0,03	0,09
II.					
7.	**0,51**	−0,11	−0,36	**0,43**	−0,22
8.	**0,56**	**−0,45**	0,02	0,28	−0,07
9.	**0,57**	−0,34	−0,11	0,30	0,19
10.	**0,53**	−0,28	−0,27	0,29	0,11
11.	**0,46**	−0,13	**−0,66**	0,10	−0,08
12.	**0,49**	0,04	−0,29	0,32	−0,07
III.					
13.	**0,65**	0,22	−0,24	−0,08	0,18
14.	**0,55**	0,11	**−0,57**	−0,02	−0,02
15	0,32	−0,01	**−0,78**	−0,06	0,03
16.	**0,69**	0,11	−0,36	−0,18	−0,11
17	**0,60**	**0,51**	0,14	0,08	−0,04
18.	**0,66**	0,04	−0,15	−0,18	−0,06
IV.					
19.	0,30	0,03	0,14	−0,03	0,13
20.	**0,44**	0,12	0,01	−0,15	**0,44**

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa				
	1	2	3	4	5
21.	**0,49**	0,05	−0,12	−0,19	**0,43**
22.	**0,48**	0,08	0,04	0,06	0,36
23.	**0,45**	**0,41**	−0,11	−0,20	0,15
24.	**0,55**	0,31	−0,16	−0,19	0,24
V.					
25.	**0,50**	0,14	0,10	0,13	−0,21
26.	**0,60**	**0,41**	−0,06	−0,04	−0,19
27.	**0,66**	0,09	−0,14	−0,32	−0,06
28.	**0,54**	**0,54**	0,11	0,15	−0,05
29.	**0,61**	0,15	0,09	−0,01	0,18
30.	**0,45**	**0,47**	0,08	0,04	0,11
VI.					
31.	**0,45**	0,06	0,07	**0,56**	0,06
32.	**0,73**	−0,04	0,04	−0,27	0,05
33.	**0,73**	0,16	−0,08	0,03	−0,07
34.	**0,68**	0,05	0,06	−0,16	0,14
35.	**0,51**	0,01	0,05	**0,54**	−0,02
36.	**0,54**	0,25	0,29	0,27	0,04
VII.					
37.	**0,65**	0,18	0,13	0,21	−0,09
38.	**0,55**	0,09	**0,41**	−0,06	−0,24
39.	**0,67**	−0,26	0,01	0,10	−0,05
40.	**0,71**	−0,06	0,02	−0,03	−0,32
41.	**0,59**	0,04	0,09	−0,14	−0,21
42.	**0,72**	0,15	0,02	−0,16	−0,16
VIII.					
43.	**0,52**	0,13	0,13	0,12	0,12

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa				
	1	2	3	4	5
44.	**0,50**	0,13	0,07	−0,03	−0,21
45.	**0,64**	0,04	−0,31	−0,06	−0,15
46.	**0,50**	−0,14	0,19	−0,18	0,12
47.	**0,55**	−0,02	0,12	0,03	0,30
48.	**0,58**	−0,04	0,19	0,20	0,17
IX.					
49.	**0,68**	0,13	0,21	0,03	−0,05
50.	**0,58**	−0,18	0,08	0,12	−0,35
51.	**0,70**	−0,12	−0,12	0,20	−0,05
52.	**0,66**	−0,02	−0,13	0,04	−0,12
53.	**0,55**	−0,12	−0,04	0,12	−0,04
54.	**0,61**	−0,08	−0,02	0,09	0,30
X.					
55.	**0,61**	0,33	0,20	0,17	−0,04
56.	**0,57**	0,04	−0,01	0,29	0,25
57.	0,39	−0,28	0,00	−0,02	0,01
58.	**0,67**	0,08	−0,21	−0,14	0,03
59.	**0,67**	0,18	−0,01	0,28	−0,10
60.	**0,52**	0,05	−0,08	**0,53**	−0,07
XI.					
61.	**0,76**	−0,14	−0,04	0,10	−0,16
62.	**0,72**	−0,24	−0,03	0,01	−0,17
63.	**0,68**	−0,21	−0,39	0,13	0,10
64.	**0,68**	−0,32	0,21	−0,12	0,16
65.	**0,75**	−0,12	0,05	0,00	−0,01
66.	**0,68**	−0,28	−0,01	0,20	0,08

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	Składowa				
	1	2	3	4	5
XII.					
67.	**0,58**	−0,05	−0,12	0,02	0,32
68.	**0,59**	−0,28	0,04	0,16	**0,41**
69.	**0,65**	−0,14	0,05	−0,05	**0,49**
70.	**0,63**	−0,09	0,07	0,08	0,26
71.	**0,55**	0,08	0,02	−0,31	0,13
72.	0,37	−0,27	0,12	−0,11	0,26

Załącznik 1f

Interkorelacje podskal SOS (N = 62)

	A0	AI	AII	AIII	AIV	AV	AVI	AVII	AVIII	AIX	AX	AXI	AXII
A0	1												
AI	0,825**	1											
AII	0,687**	0,527**	1										
AIII	0,823**	0,786**	0,586**	1									
AIV	0,642**	0,549**	0,323*	0,556**	1								
AV	0,869**	0,787**	0,476**	0,744**	0,493**	1							
AVI	0,878**	0,652**	0,568**	0,625**	0,531**	0,755**	1						
AVII	0,789**	0,630**	0,468**	0,616**	0,293*	0,687**	0,721**	1					
AVIII	0,747**	0,515**	0,459**	0,543**	0,449**	0,565**	0,616**	0,605**	1				
AIX	0,857**	0,617**	0,692**	0,662**	0,491**	0,681**	0,741**	0,632**	0,650**	1			
AX	0,842**	0,561**	0,585**	0,585**	0,443**	0,756**	0,791**	0,632**	0,622**	0,702**	1		
AXI	0,867**	0,640**	0,767**	0,631**	0,452**	0,632**	0,755**	0,686**	0,704**	0,842**	0,718**	1	
AXII	0,760**	0,585**	0,518**	0,581**	0,582**	0,531**	0,624**	0,486**	0,456**	0,671**	0,644**	0,683**	1

*p < 0,05 **p < 0,01

Adnotacja. A0 – ogólny wskaźnik agresji na jawie, AI – agresja werbalna na jawie, AII – agresja fizyczna na jawie, AIII – agresja czynna na jawie, AIV – agresja bierna na jawie, AV – agresja bezpośrednia na jawie, AVI – agresja pośrednia na jawie, AVII – agresja jawna na jawie, AVIII – agresja ukryta na jawie, AIX – agresja niesprowokowana na jawie, AX – agresja odwetowa na jawie, AXI – agresja wroga na jawie, AXII – agresja instrumentalna na jawie.

Załącznik 1g

Przykłady treści agresywnych pochodzących z dzienników snów (formy agresji)

Forma agresji	Treść marzenia sennego
agresja werbalna	*zaczęła na nas krzyczeć; dogryzaliśmy sobie cały czas; zaśmiał się szyderczo i kazał się stamtąd jak najszybciej zabierać; pokłóciłyśmy się; zagroził, że zrobi jej krzywdę; posypały się wulgaryzmy i słowa obrazy; odburknęłam „spadaj dziwko"; zaczęłam grozić dziadkowi; powiedziała coś na odczepnego; zaczęła krzyczeć, że ją popamiętam; babcia czyniła ciągle jakieś przykre, złośliwe uwagi w stosunku do mnie*
agresja fizyczna	*uderzyła mnie w policzek; zaczął nas bić; po szarpaninie i siłowaniu […]; powiedział mi, że był gwałcony; wysoki mężczyzna w czarnej masce napadł na nas; mój znajomy przepychał się z napastnikiem; wiatrówka została skierowana na jego twarz i wystrzeliła prosto w oko mężczyzny; wywróciła się, miałyśmy ją w garści; Chińczyk odciął komuś głowę; on mi wykręcał rękę*; *ukradł moje ubrania; ludzie „kamieniowali się" metalowymi krążkami; prosto na nas szła grupa chuliganów z butelkami*
agresja czynna	*jakiś człowiek z nożem chciał ją dopaść; walczyłam z demonem; podeszłam do niej, żeby ją wyrzucić z mieszkania; poszliśmy do piwnicy, aby oślepić przedszkolankę przy pomocy czegoś, co przypominało lutownicę; zobaczyłam, jak bije ją jej chłopak; próbowałam okraść moją babcię; nagle ktoś wyciągnął mnie z pokoju i wsadził do więziennej celi; znęcał się nad swoim synem; podejmuję walkę z rabusiem; udaje mi się go zabić; jednym ciosem w głowę zabił tamtą kobietę; chłopak dostał kulkę w twarz; do mojego ciała ktoś się włamał*
agresja bierna	*wszyscy traktowali mnie jak powietrze; nie chciał mnie słuchać; odwróciłam głowę, udając, że go nie widziałam; znajomi postanowili mnie ignorować; ksiądz uznał, że wyklucza naszą rodzinę ze wspólnoty Kościoła i kazał nam wyjść; nie chciała oddać pieniędzy*
agresja bezpośrednia	*chciała wbić ołówek w serce dziecka; wyrzuciła mnie z pracy; podirytowana spytałam ją ironicznie […]; rzucił we mnie śpiworem; zaczęli się ranić nożami i kijami baseballowymi; był bardzo wulgarny, pokazał Oli i tej „nowej" swojego członka; na pokładzie jest mnóstwo małych dzieci, do których strzelają żołnierze; wyrażali się wrogo o mnie; zabrali mi rower; złapał mnie za włosy i zaczął ciągnąć do jakiegoś pokoju; próbowałam go dźgnąć widelcem; wpadł na mnie z impetem i złapał za nadgarstki*
agresja pośrednia	*zdenerwowała mnie na tyle, że chwyciłam ścierkę i rzuciłam ją na ziemię; wyszłam, trzaskając drzwiami ze złości; wyżywam się (złość na matkę) na biednej słuchawce; wpadałam w coraz głębszy szał (pod wpływem zachowania rodziny wobec śpiącej) i rzucałam przedmiotami; (ze złości na narzeczoną) rzucił pierścionkiem (zaręczynowym) gdzieś w głąb sali*

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Forma agresji	Treść marzenia sennego
agresja jawna	*przyjdzie i ją zabije; bił mnie i wyzywał, zamykał na klucz i groził; zostałam związana i rzucona w kąt stodoły; ktoś strzelał do mnie; zaczął się awanturować; dzikus wbił zęby i rwącym ruchem odgryzł mu piętę; usiłował mnie później zgwałcić; chwyciłam patelnię i go ogłuszyłam; zaczęła mi dokuczać, pokłóciłyśmy się i rzuciła mi moje rzeczy na łóżko; zły duch podciągał mi do góry koszulkę i szarpał za ubranie; tępą kosą zaczyna mi odcinać stopę tuż pod kostką; zobaczyłam, że skalpują moich przyjaciół; zaczął rzucać się na ludzi z siekierą*
agresja ukryta	*byłam zła (na niego), czułam zazdrość i złość, wkurzałam się na nich; popatrzył na mnie ze złością; atmosfera (w pokoju) była nieprzyjazna; szybko i chłodno zbyła swoją współlokatorkę; pałał taką wściekłością i furią, że aż dyszał głośno; irytuje mnie jej obecność; jestem taka na nią wściekła, że mam ochotę coś zniszczyć; patrzą na mnie z góry; byłam ekstremalnie wrogo nastawiona do niej i całego świata; udawaliśmy, że się nie widzimy; czułam pogardę w spojrzeniach obecnych; wyglądała na oburzoną; moja obecność ją drażni*
agresja niesprowokowana	*moi koledzy z dzieciństwa rozpoczęli bójkę (bez powodu); złapał mnie i wstrzyknął mi coś między żebra; reszta (agresorów) nas złapała i zawlokła do komory gazowej; wikingowie-najeźdźcy zdzierają z niej ubrania i szykują się do gwałtu*
agresja odwetowa	*[…] co w końcu doprowadziło do kłótni; odpowiedział, że za to, że jestem bezczelna, złoży na mnie zażalenie; postanawiamy z przyjaciółką przejąć kontrolę, żeby utrzeć nosa zarozumiałemu mężczyźnie; (powiedziała coś niemiłego) a ja nie wytrzymałam i jej odpowiedziałam; zaczęłam być równie złośliwa w stosunku do babci; dwóch chłopaków chce się bić za obrażenie dziewczyny jednego z nich*
agresja wroga	*spełniła swoje marzenie: rozwaliła mój związek z Wojtkiem; stwierdziła tylko „Pff, ten twój blog…"; szefowa powiedziała, że do niczego się nie nadaję; zdenerwowałam się i rzuciłam serem w jedną dziewczynę*
agresja instrumentalna	*ukradł garść dziesięciogroszówek; pojechałam więc do osoby odpowiedzialnej za przepustki dla uczniów i nakłamałam we wniosku; mafioso chce nas nastraszyć, żebyśmy nic nikomu nie powiedzieli; próbowali wyciągnąć zeznania, trzymając nas zamkniętych w klatce; strzelały w sufit i chciały całej gotówki z kasy*

Załącznik 1h

Przykłady treści agresywnych pochodzących z dzienników snów (rola przyjmowana we śnie)

Rola przyjmowana we śnie	Treść marzenia sennego
agresor	*dołączyłam do braci okradających właściciela sklepu; rzuciliśmy się na niego; wycelowałam do niego z jego własnego pistoletu; nie chciałam go widzieć, rzuciłam w nie moim kartonem i kluczami do mieszkania*
ofiara	*kolega się na mnie obraził; zaczepił mnie (agresywny) pijak; patrzą na mnie z pogardą; mnie też złapali, następnie zawieźli nas do obozu koncentracyjnego; złapał mnie za ramię i zaciągnął za sobą w głąb lasu*
obserwator	*domyśliliśmy się, że eksperymentują tu na ludziach; szaleniec zauważył go i strzelił; zastrzelił je; złapali jednego z nich, próbował się bronić; zobaczyłam, jak matka jest zabijana; postanowił zrzucić sąsiadowi telewizor, zrobił to i była awantura*
autoagresor	*wiedziałam, że jeśli skoczę, to zabiję się […], postanowiłam to zrobić; byłam zła na siebie; czułam do siebie wstręt; poczułam ogromne pragnienie popełnienia samobójstwa w ten sposób i zaczęłam wpychać sobie do ust własne włosy; byłam zła na siebie i obwiniałam się*

Załącznik 1i

Metoda z podziałem na etapy badania

OPRACOWANIE I ANALIZA WŁAŚCIWOŚCI PSYCHOMETRYCZNYCH NARZĘDZI AUTORSKICH	
System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych	
Cel	Opracowanie metody badania agresywności poprzez analizę agresywnych treści w marzeniach sennych.
Osoby badane i procedura	Przebadano 37 osób należących do dwóch grup: • w badaniu pilotażowym systemu wzięło udział 7 osób (6 kobiet i 1 mężczyzna) w wieku 19–24 lata (*M* = 21) (studenci), od których zebrano 70 relacji z marzeń sennych za pomocą dzienników snów; • na potrzeby analiz rzetelności i trafności systemu przebadano grupę 30 osób (18 kobiet i 12 mężczyzn) w wieku 24–46 lat (*M* = 34) (sędziowie kompetentni). Badani dokonali oceny systemu. Na podstawie wyników kodowania agresywnych treści marzeń sennych określono rzetelność systemu.
Analiza wyników	Analiza wyników została przeprowadzona przy użyciu pakietu statystycznego Statistica. • rzetelność systemu – został obliczony współczynnik zgodności sędziów kompetentnych (*W* Kendalla); • trafność systemu – sędziowie kompetentni dokonali oceny systemu pod względem: kompletności, łatwości analizy oraz wystawili jego ogólną ocenę.
Skala obserwacyjna studenta (SOS)	
Cel	Stworzenie narzędzia do oceny skłonności młodych dorosłych do przejawiania różnego rodzaju zachowań agresywnych.
Osoby badane i procedura	Przebadano 237 osób należących do dwóch grup: • w badaniach dotyczących trafności SOS wzięło udział 51 osób (38 kobiet i 13 mężczyzn) w wieku 19–43 lata (*M* = 32) (sędziowie kompetentni). Badani oceniali trafność pozycji, ocena była dwuetapowa (pilotaż i ponowna ocena); • na potrzeby analiz dotyczących rzetelności SOS przebadano 186 osób (137 kobiet i 49 mężczyzn) w wieku 18–55 lat (*M* = 25). Były to osoby bliskie (dwóch znajomych i jeden członek rodziny), wskazane przez 62 badanych studentów biorących udział w badaniach właściwych (za wyjątkiem 18 osób bliskich 6 mężczyznom wyeliminowanym z badań właściwych).
Analiza wyników	Analiza wyników została przeprowadzona przy użyciu pakietu statystycznego Statistica. • ustalenie struktury narzędzia – wykonano analizę czynnikową (konfirmacyjną i eksploracyjną); • rzetelność skali – obliczono zgodność wewnętrzną skali (alfa Cronbacha);

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

	• trafność skali – sędziowie kompetentni oceniali kompletność skali, trafność stwierdzeń, komunikatywność stwierdzeń oraz wystawiali ogólną ocenę skali.
BADANIA WŁAŚCIWE	
I etap. Celowy dobór próby do badań właściwych na podstawie liczby snów zapamiętywanych tygodniowo	
Cel	Wyłonienie grupy badawczej (minimum 60 osób) w celu uzyskania przynajmniej 600 opisów snów.
Narzędzia	*Skala zapamiętywania snów* Hołdy (Hołda i Szmigielska, 2011)
Osoby badane i procedura	Wyłonione zostały 62 osoby (56 kobiet i 6 mężczyzn) do badań właściwych (studenci), w tym 6 kobiet z badania pilotażowego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*. Ze względu na ramy czasowe do badania właściwego zostali zakwalifikowani jedynie młodzi dorośli, którzy śnią względnie często. Wyniki respondentów płci męskiej w badaniach właściwych zostały wyłączone z analizy, a w ich miejsce dobadano 6 kobiet. Ostatecznie analizy zostały przeprowadzone na wynikach 62 kobiet.
Analiza wyników	Selekcja osób śniących 2 razy tygodniowo lub częściej.
II etap. Pierwsza faza badań właściwych	
Cel	• pomiar agresywności w marzeniach sennych (ogólnego wskaźnika agresywności w marzeniach sennych i rodzajów agresji w marzeniach sennych); • analiza przyjmowanej we śnie roli (agresora, ofiary, obserwatora oraz autoagresora).
Narzędzia	Dziennik snów
Osoby badane i procedura	62 osoby badane wyłonione w I etapie badań właściwych (studentki, od których zebrano po 10 opisów marzeń sennych, zanalizowanych przez prowadzącą badania pod kątem występowania treści agresywnych. Liczba opisów snów, które zostały poddane analizie, wynosi 620.
Analiza wyników	Analiza została przeprowadzona przy użyciu autorskiego *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych*.
III etap. Druga faza badań właściwych	
Cel	• pomiar agresywności na jawie (gotowości do agresji na jawie) złożonej z gotowości poznawczej, emocjonalnej oraz skłonności do agresywnego zachowania; • pomiar skłonności do poszczególnych form agresji na jawie; • pomiar pięciu czynników osobowości NEOUS i ich składników; • analiza spostrzegania celu badania.

Ciąg dalszy tabeli na następnej stronie

Ciąg dalszy tabeli z poprzedniej strony

Narzędzia	1. *Test rozumowania* (CRT–A) Jamesa i McIntyre'a w tłumaczeniu Sznir i Siuty (2012); 2. *Inwentarz osobowości NEO-PI-R* Costy i McCrae w adaptacji Siuty (2006); 3. autorska *Skala obserwacyjna studenta* (SOS); 4. arkusz z pytaniem dotyczącym spostrzegania celu badania.
Osoby badane i procedura	Przebadano 248 osób należących do dwóch grup: • 62 osoby badane wyłonione w I etapie badań właściwych (studentki), wypełniały kwestionariusz agresywności oraz mierzący inne cechy osobowości, a także arkusz z pytaniami dotyczącymi spostrzegania celu badania; • 186 osób (143 kobiety i 43 mężczyzn) w wieku 18–53 lat. Była to grupa członków rodzin i znajomych wskazanych przez badanych studentów (za wyjątkiem 18 osób bliskich 6 mężczyznom wyeliminowanym z badań właściwych), która wypełniała *Skalę obserwacyjną studenta* oraz których wyniki uwzględniono w analizach dotyczących rzetelności SOS.
Analiza wyników	Analiza wyników została przeprowadzona przy użyciu pakietu statystycznego Statistica za pomocą współczynnika korelacji *r* Pearsona.

Załącznik 2. Narzędzia

Załącznik 2a. *System ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych – zasady kodowania agresji w opisach snów*

Zasady kodowania agresji w opisach snów

1. Pod uwagę brana jest jedynie agresja interpersonalna (między ludźmi, postaciami uczłowieczonymi i wobec zwierząt oraz agresja wobec postaci przeniesiona na przedmioty). Do treści agresywnych nie zalicza się sytuacji, gdy zwierzę jest agresorem, oraz obrażenie lub przeciwność losu, spowodowane przez przypadek lub okoliczności środowiskowe, ponieważ pod uwagę brane są jedynie zachowania zamierzone (celowe).
2. Daną treść kodujemy tylko raz, tzn. nie bierzemy pod uwagę kolejnych powtórzeń w opisie snu dotyczących tego samego wydarzenia (np. opisane dwa lub więcej razy emocje towarzyszące wydarzeniu).
3. Autor opisu snu może być we śnie agresorem (AG), ofiarą (OF), obserwatorem (OB) lub autoagresorem (kierującym agresję na samego siebie, AU). Może występować jednocześnie w różnych rolach, np. ofiary i obserwatora agresji wobec innych postaci.
4. Dana treść agresywna z opisu snu może należeć do jednej lub (najczęściej) wielu form agresji wymienionych poniżej.
5. Wynik kodujemy w następujący sposób: w opisie snu znajdujemy wszystkie elementy agresywne, ustalamy rolę osoby śniącej w wydarzeniach i przypisujemy odpowiedni kod (np. AG dla agresora) i przypisujemy wszystkie rodzaje agresji, do jakich dana agresywna treść należy (np. A2, A3, a9, a11, a14, a15 i a17). Następnie podliczamy, ile razy pojawił się dany rodzaj agresji (osobno A1, A2… itd.) oraz wynik ogólny (ogólny wskaźnik agresywności, czyli suma A1–a17), ogólny wskaźnik agresji werbalnej AW (suma A2–A4) i ogólny wskaźnik agresji fizycznej AF (suma A5–A8), a także częstość występowania danej roli (AG, OF, OB, AU).

Formy agresji w marzeniach sennych:

A1 (ukryta) – ukryte uczucie wrogości lub gniewu bez jawnego wyrażania agresji;

A2 (werbalna) – agresja wyrażana poprzez werbalną lub ekspresyjną aktywność;

A3 (werbalna) – podkategoria ta obejmuje wszystkie sytuacje, w których jedna z postaci podejmuje próbę odrzucenia, wykorzystania, kontroli lub werbalnego przymusu;

A4 (werbalna) – agresywne zachowanie polegające na rzuceniu poważnego oskarżenia lub werbalnym zagrożeniu wyrządzeniem krzywdy innej postaci;

A5 (fizyczna) – agresywny akt, który dotyczy kradzieży lub zniszczenia mienia należącego do innej postaci;

A6 (fizyczna) – agresywny akt, który wiąże się ze ściganiem innej postaci, schwytaniem, ograniczaniem lub fizycznym zmuszaniem do wykonywania niektórych czynności;

A7 (fizyczna) – agresywny akt, który wiąże się z próbą fizycznego skrzywdzenia innej postaci;

A8 (fizyczna) – agresywny akt, który prowadzi do śmierci innej postaci;

a9 (czynna) – zachowania szkodliwe dla osób, na które się je kieruje;

a10 (bierna) – powstrzymywanie się od określonego zachowania, powodujące szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem (celem) agresji;

a11 (bezpośrednia) – skierowanie ataku wprost na określoną osobę;

a12 (pośrednia) – agresja przeniesiona (przemieszczona), skierowana na osoby lub przedmioty niebędące przyczyną agresji;

a13 (niesprowokowana) – spontaniczne zachowania agresywne, niesprowokowane przez inną osobę;

a14 (odwetowa) – zachowanie agresywne w odpowiedzi na prowokację;

a15 (wroga) – celem agresji wrogiej jest zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie jako ekspresja (wyraz) uczuć negatywnych;

a16 (instrumentalna) – agresywne zachowanie podejmowane, aby osiągnąć określony cel, każdy inny niż zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie (w tym agresja obronna i gwałt);

a17 (jawna) – widoczne zachowania agresywne.

AM (ogólny wskaźnik agresywności w marzeniach sennych) – suma A1–a17
AW (agresja werbalna) – suma A2–A4
AF (agresja fizyczna) – suma A5–A8

AG – agresor
OF – ofiara
OB – obserwator
AU – autoagresor

Dziennik snów – instrukcja

Dzięki temu dziennikowi będziesz mogła/mógł poprawić zapamiętywanie swoich snów oraz dowiedzieć się czegoś o sobie. Proszę, abyś w tym dzienniku zapisywał/a swoje sny, kiedy tylko się pojawią (najlepiej zaraz po przebudzeniu), aż uzbierasz **10 opisów snów**.

1. Proszę o zapisanie snów, które pamiętasz, a następnie o jak najdokładniejsze opisanie każdego z nich.
2. Proszę o umieszczenie przy każdym opisie **daty snu**, **godziny obudzenia się** oraz **godziny, o której został on zapisany**.
3. Jeśli danego dnia pamiętasz więcej niż jeden sen, proszę o opisanie wszystkich zapamiętanych snów.

Jeśli to tylko możliwe, opis powinien zawierać:

- opis **miejsca** (lub miejsc), w którym rozgrywały się wydarzenia ze snu, oraz to, czy było to miejsce znajome, czy nieznajome;
- opis postaci, które wystąpiły we śnie – ich płeć, wiek oraz charakter ich relacji z Tobą (opisz proszę także zwierzęta, postacie bajkowe i fikcyjne lub inne istoty pojawiające się we śnie);
- opis wydarzeń, które przytrafiły się podczas snu Tobie oraz innym postaciom, a także opis ich działań i interakcji;
- opis emocji, które pojawiły się podczas snu.

W okienku „opis snu" powinno znaleźć się **tylko to, co było treścią** Twojego snu.

W okienku „Dodatkowe informacje" możesz zapisać informacje, które **nie były bezpośrednio treścią snu**, ale sądzisz, że są ważnym elementem, który pozwala lepiej opisać dany sen (np. jeśli akcja snu rozgrywała się w supermarkecie, możesz dopisać, że wcześniej tego dnia rzeczywiście byłaś/byłeś w supermarkecie). Możesz też umieścić tam swoje uwagi i komentarze na temat snu oraz interpretacje snu.

Skala obserwacyjna studenta

Malwina Dankiewicz

Skalę wypełnia:
[ ] znajomy [ ] członek rodziny
Płeć: M K Wiek: .....

Imię i nazwisko/pseudonim studenta:
(UWAGA: Proszę wpisać imię i nazwisko/pseudonim studenta, którego osobowość Pani/Pan opisuje, a nie własne)

.....

Płeć studenta: M K Wiek studenta: ..... Rok studiów: .....
Nazwa uczelni: .....
Data wypełnienia arkusza: ..... Miejsce badania: .....

INSTRUKCJA

Skala dotyczy skłonności do przejawiania różnego rodzaju zachowań agresywnych, które można zaobserwować u studenta na co dzień. Proszę o udzielenie odpowiedzi na pytanie, jak zwykle zachowuje się student, na podstawie własnych obserwacji.

W zależności od częstości występowania danego zachowania proszę zaznaczyć jedną z siedmiu odpowiedzi:

1 – nigdy
2 – bardzo rzadko
3 – rzadko
4 – nie wiem
5 – często
6 – bardzo często
7 – za każdym razem

} kiedy widzę studenta opisywanego w badaniu

Badanie jest poufne i jego wyniki nie zostaną przekazane do wiadomości studenta lub osób trzecich.

I. Agresja werbalna

Agresja wyrażana słownie.

1. Wykłóca się z innymi osobami.

   1 2 3 4 5 6 7

2. Rozpowszechnia złośliwe plotki o innych osobach.

   1 2 3 4 5 6 7

3. Ubliża innym osobom.

   1 2 3 4 5 6 7

4. Przymusza werbalnie inne osoby, by robiły to, czego ona/on chce.

   1 2 3 4 5 6 7

5. Rzuca bezpodstawne oskarżenia wobec innych osób.

   1 2 3 4 5 6 7

6. Grozi werbalnie wyrządzeniem krzywdy innym osobom.

   1 2 3 4 5 6 7

II. Agresja fizyczna

Agresywne zachowanie, które wiąże się z próbą fizycznego skrzywdzenia innej osoby lub zniszczenia jej mienia.

7. Uderza inne osoby.

   1 2 3 4 5 6 7

8. Bierze udział w napaściach na inne osoby.

   1 2 3 4 5 6 7

9. Kradnie mienie należące do innych osób.

   1 2 3 4 5 6 7

10. Niszczy mienie należące do innych osób.

    1 2 3 4 5 6 7

11. Zmusza fizycznie inne osoby do wykonywania różnych czynności.

1 2 3 4 5 6 7

12. Popycha inne osoby.

1 2 3 4 5 6 7

III. Agresja czynna

Zachowania szkodliwe dla osób, na które się je kieruje.

13. Bezpodstawnie krytykuje innych.

1 2 3 4 5 6 7

14. Próbuje zastraszać inne osoby.

1 2 3 4 5 6 7

15. Grozi innym osobom ostrymi narzędziami.

1 2 3 4 5 6 7

16. Obraża inne osoby.

1 2 3 4 5 6 7

17. Kłóci się z innymi osobami.

1 2 3 4 5 6 7

18. Poniża inne osoby.

1 2 3 4 5 6 7

IV. Agresja bierna

Powstrzymywanie się od określonego zachowania, powodujące szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem (celem) agresji.

19. Nie reaguje, gdy komuś dzieje się krzywda.

1 2 3 4 5 6 7

20. Celowo zataja informacje, które mogłyby zapobiec powstaniu problemu.

1 2 3 4 5 6 7

21. Udaje, że nie słyszy, gdy ktoś zwraca jej/jemu uwagę.

1 2 3 4 5 6 7

22. Zgłasza gotowość spełnienia prośby, po czym nie robi tego lub celowo wykonuje z opóźnieniem.

1 2 3 4 5 6 7

23. Gdy ktoś ją/jego zdenerwuje, przestaje się odzywać do tej osoby.

1 2 3 4 5 6 7

24. Uporczywie milczy, gdy druga osoba oczekuje odpowiedzi na swoje pytanie.

1 2 3 4 5 6 7

V. Agresja bezpośrednia

Skierowanie ataku wprost na określoną osobę.

25. Oddaje, gdy ktoś ją/jego uderzy.

1 2 3 4 5 6 7

26. Gdy ktoś ją/jego obraża, odwdzięcza się tym samym.

1 2 3 4 5 6 7

27. Mści się na osobach, które zrobiły jej/jemu przykrość.

1 2 3 4 5 6 7

28. Podnosi głos na osobę, która ją/jego zezłościła.

1 2 3 4 5 6 7

29. Obwinia innych za własne niepowodzenia.

1 2 3 4 5 6 7

30. Złości się na inne osoby, gdy musi na nie czekać.

1 2 3 4 5 6 7

VI. Agresja pośrednia

Agresja przeniesiona (przemieszczona), skierowana na osoby lub przedmioty niebędące przyczyną agresji.

31. Gdy ktoś ją/jego rozzłości, niszczy przedmioty znajdujące się w otoczeniu.

1 2 3 4 5 6 7

32. Podburza innych przeciwko osobie, która ją/jego obraziła.

1 2 3 4 5 6 7

33. Gdy ktoś jej/jemu dokuczy, odgrywa się na innych osobach.

1 2 3 4 5 6 7

34. Obgaduje inne osoby za ich plecami.

1 2 3 4 5 6 7

35. Gdy ktoś ją/jego rozzłości, kopie pobliskie przedmioty.

1 2 3 4 5 6 7

36. W złości trzaska drzwiami.

1 2 3 4 5 6 7

VII. Agresja jawna

Widoczne zachowania agresywne.

37. Wchodzi w jawne konflikty z innymi osobami.

1 2 3 4 5 6 7

38. Nie kryje swojej wrogości do osób, których nie lubi.

1 2 3 4 5 6 7

39. Donosi na inne osoby.

1 2 3 4 5 6 7

40. Mówi przykre rzeczy na temat innych osób w ich obecności.

1 2 3 4 5 6 7

41. Okazuje pogardę innym osobom.

1 2 3 4 5 6 7

42. Lekceważy inne osoby.

1 2 3 4 5 6 7

VIII. Agresja ukryta

Ukryte uczucie wrogości lub gniewu (emocje negatywne) bez jawnego wyrażania agresji; agresywne myśli i wyobrażenia.

43. W jej/jego wypowiedziach przeważają emocje negatywne.

1 2 3 4 5 6 7

44. Opowiada obraźliwe dowcipy.

1 2 3 4 5 6 7

45. Imponują jej/jemu osoby stosujące przemoc.

1 2 3 4 5 6 7

46. Jest podejrzliwa/y wobec osób zachowujących się przyjaźnie wobec niego.

1 2 3 4 5 6 7

47. Jest zazdrosna/y o osiągnięcia innych osób.

1 2 3 4 5 6 7

48. Usprawiedliwia agresywne zachowania innych osób.

1 2 3 4 5 6 7

IX. Agresja niesprowokowana

Spontaniczne zachowania agresywne, niesprowokowane przez inną osobę.

49. Prowokuje innych do kłótni.

1 2 3 4 5 6 7

50. Wszczyna bójki.

1 2 3 4 5 6 7

51. Robi na złość innym bez powodu.

1 2 3 4 5 6 7

52. Szuka zaczepki.

1 2 3 4 5 6 7

53. Robi złośliwe żarty innym osobom.

1 2 3 4 5 6 7

54. Bez powodu podważa wypowiedzi innych osób, nie podając uzasadnienia.

1 2 3 4 5 6 7

X. Agresja odwetowa

Zachowanie agresywne w odpowiedzi na prowokację.

55. Odgryza się, gdy ktoś zwróci jej/jemu uwagę.

1 2 3 4 5 6 7

56. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od znajomych urywa z nimi kontakt.

1 2 3 4 5 6 7

57. W odpowiedzi na krytyczne uwagi od rodziców/opiekunów/współlokatorów zaniedbuje obowiązki domowe.

1 2 3 4 5 6 7

58. Mści się, gdy ktoś z niej/niego zażartuje.

1 2 3 4 5 6 7

59. Gdy zostanie sprowokowana/y, obrzuca innych wyzwiskami.

1 2 3 4 5 6 7

60. Gdy zostanie sprowokowana/y, rzuca przedmiotami.

1 2 3 4 5 6 7

XI. Agresja wroga

Celem agresji wrogiej jest zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie jako ekspresja (wyraz) uczuć negatywnych.

61. Sprawia przykrość innym osobom, żeby im dokuczyć.

1 2 3 4 5 6 7

62. Cieszy się, gdy innej osobie dzieje się krzywda.

1 2 3 4 5 6 7

63. Zachowuje się w sposób natarczywy (napastliwy, nachalny, natrętny, naprzykrzający się, namolny).

1 2 3 4 5 6 7

64. Kłamie, żeby zaszkodzić drugiej osobie.

1 2 3 4 5 6 7

65. Celowo robi rzeczy, które budzą gniew u innych.

1 2 3 4 5 6 7

66. Gdy komuś zależy na czasie, celowo robi wszystko wolniej.

1 2 3 4 5 6 7

XII. Agresja instrumentalna

Agresywne zachowanie podejmowane, aby osiągnąć określony cel, każdy inny niż zadanie bólu, zranienie lub wyrządzenie szkody drugiej osobie.

67. Bierze bez pytania rzeczy innych osób.

1 2 3 4 5 6 7

68. Popełnia plagiat.

1 2 3 4 5 6 7

69. Zrzuca winę na inną osobę, aby nie ponieść zasłużonej kary.

1 2 3 4 5 6 7

70. Oszukuje, żeby uzyskać coś dla siebie.

1 2 3 4 5 6 7

71. Jeśli czegoś chce, zdobywa to za wszelką cenę.

1 2 3 4 5 6 7

72. Zmusza domowników do wykonywania za nią/niego należących do niej/niego obowiązków domowych.

1 2 3 4 5 6 7

Dziękuję za udział w badaniu!

Spis tabel i rysunków

Tabele

Tabela 1 *Model agresji Jamesa i McIntyre'a* **39**

Tabela 2 *Mechanizmy usprawiedliwiania agresji (błędy rozumowania)* **43**

Tabela 3 *Problemy dotyczące rozumowania warunkowego w CRT–A* **81**

Tabela 4 *Statystyki opisowe dla form agresji w marzeniach sennych i wyniku ogólnego Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych (N = 62)* **135**

Tabela 5 *Statystyki opisowe Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych (N = 62)* **136**

Tabela 6 *Statystyki opisowe dla podskal i wyniku ogólnego SOS (N = 186)* **142**

Tabela 7 *Rzetelność podskal SOS* **144**

Tabela 8 *Wskaźniki dopasowania modelu dla kwestionariusza SOS* **145**

Tabela 9 *Testy Kaisera–Mayera–Olkina i Bartletta dla kwestionariusza SOS* **146**

Tabela 10 *Procent wariancji wyjaśnianej przez poszczególne czynniki SOS* **147**

Tabela 11 *Procent wariancji wyjaśnianej przez pięć czynników SOS* **148**

Tabela 12 *Statystyki opisowe zmiennych osobowościowych grupy studentek (N = 62)* **166**

Tabela 13 *Korelacje podskal SOS, poznawczej gotowości do agresji na jawie i Agresywnej wrogości z agresywnością w marzeniach sennych (N = 62)* **168**

Tabela 14 *Zależności między różnymi rodzajami agresji na jawie i w marzeniach sennych (N = 62)* **169**

Tabela 15 *Różnice pomiędzy badanymi grupami w zakresie agresywności w marzeniach sennych oraz gotowości do agresji na jawie* **173**

Tabela 16 *Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych z czynnikami z NEO-PI-R (N = 62)* **174**

Tabela 17 *Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Neurotyczności z NEO-PI-R (N = 62)* **175**

Tabela 18 *Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Ekstrawertyczności z NEO-PI-R (N = 62)* **176**

Tabela 19 *Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Otwartości na doświadczenie z NEO-PI-R (N = 62)* **177**

Tabela 20 *Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Ugodowości z NEO-PI-R (N = 62)* **179**

Tabela 21 *Korelacje składowych agresywności w marzeniach sennych ze składnikami Sumienności z NEO-PI-R (N = 62)* **180**

Tabela 22 *Korelacje gotowości do agresji na jawie oraz czynników NEO-PI-R i ich składników z rolą przyjmowaną we śnie (N = 62)* **182**

Rysunki

Rysunek 1. Rozkład wyników dla *Systemu ilościowej analizy agresji w marzeniach sennych* (*N* = 62) **137**

Rysunek 2. Rozkład wyników SOS (*N* = 186) **144**

Rysunek 3. Wykres osypiska Cattella dla kwestionariusza SOS **148**

Rysunek 4. Zmienne uwzględnione w badaniach **162**

Rysunek 5. Procentowy udział form agresji w całości zachowań agresywnych na jawie i w marzeniach sennych **171**

Malwina Dankiewicz – adiunkt w Instytucie Psychologii Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. Zainteresowania naukowe: psychologia agresji, snu i marzeń sennych, dobrostan psychiczny, poczucie własnej skuteczności, pięcioczynnikowy model osobowości oraz problematyka pomiaru psychologicznego.

Malwina Dankiewicz przygotowała bardzo ważną i wartościową książkę. Poruszana w niej tematyka jest oryginalna i w takim ujęciu, jakie proponuje Autorka, nieczęsto spotykana w literaturze przedmiotu, nieczęsto też stanowi przedmiot badań empirycznych. Autorka, opierając się na dobrze ugruntowanym teoretycznie i empirycznie modelu agresji Jamesa i McIntyre'a, postawiła sobie ambitny cel – stworzenia narzędzia umożliwiającego badanie wszystkich form agresji interpersonalnej. Próbowała także ustalić związek pomiędzy agresywnymi treściami marzeń sennych a agresywnością przejawianą na jawie. Na uwagę zasługuje fakt czasochłonności prowadzonych badań – zbieranie danych empirycznych w tym projekcie było żmudne, a determinacja Autorki w tym zakresie budzi uznanie.

dr hab. Malwina Szpitalak, prof. UJ

Początkowa część publikacji ma charakter teoretyczno-opisowy, ma ona duży potencjał dydaktyczny, może być pomocą dla studentów nauk humanistycznych i społecznych. Druga część publikacji poświęcona jest prezentacji własnych badań nad związkiem agresywnych treści marzeń sennych z agresywnym działaniem w świecie realnym. W tym fragmencie książki Autorka zawarła skrupulatne sprawozdanie z kolejnych etapów tworzenia rzetelnego i trafnego narzędzia do ilościowej analizy agresywnych marzeń sennych. Ta część monografii zawiera raport badawczy. Zainteresować on może zarówno badaczy zajmujących się podobną problematyką, jak i dydaktyków planujących proces badawczy ze studentami psychologii i nauk pokrewnych.

dr hab. Barbara Weigl, prof. APS

ISBN 978-83-8084-758-3